



きゅうしょくだより1月

令和6年1月1日発行 加茂こども園

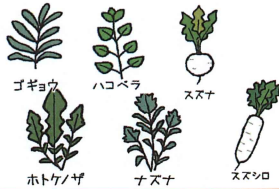


こんだてひょう

1月11日は鏡開き

お正月にお供えする鏡餅。
松の内が明けた1月11日に
割碎いていただきます。
包丁を使わず手や木槌で割りますが、
これはお供え物に刃をかけてはいけない
という言い伝えだそうです。
また、「切る・割る」という言葉は
縁起が良くない為、「開く」を使い、
「鏡開き」と言うようになったそうです。

七草粥に入る、春の七草はスズナ、ゴギョウ、
ハコベラ、ホトケノザ、スズシロ、ナズナ、
あと1つは何でしょう？



正解はセリです。

お正月にごちそうを食べて、
お腹が少し疲れている時に
ビタミン豊富な七草粥を食べて胃や腸を
休まるという意味合いが込められています。



12月たんじょうかいメニュー



- ☆ピラフ ☆かぼちゃのツリーサラダ
- ☆タンドリリーチキン

残り物で簡単、ピザトースト！

- 〈材料〉
・食パン 10枚切り
・ミートソース(残り物)
・ピザ用チーズ
- 〈作り方〉
①残り物のミートソースに
ピザ用チーズを混ぜる。
②食パンを1/4に切って、
①をのせる。
③オーブントースターで焼く。



〈簡単アレンジ〉

- ・ピザの生地を食パンではなく、餃子の皮でもおいしいです！
- ・ミートソースに少しだけカレー粉を足し、カレー風味のピザに！
- ・食パンに乘せる具材をマッシュマロに変えて焼き、
チョコレートソースをかけるのもオススメです！

日	曜日	昼	食	おやつ
1	月		元旦	
2	火		年始休暇	
3	水		年始休暇	
4	木	自由登園(おかず入り弁当・水筒を持たせてください。)		菓子 牛乳
5	金	自由登園(おかず入り弁当・水筒を持たせてください。)		菓子 牛乳
6	土	クリームシチュー 白菜サラダ		菓子 牛乳
7	日			
8	月		成人の日	
9	火	ちゃんごうどん 紅白なます パナナ		菓子 牛乳
10	水	炒り鶏 ブロッコリーとカニカマのサラダ いり卵		★のり塩ラスク 牛乳
11	木	ひじきの炒め煮 ほうれん草とベーコンのチーズオムレツ パイン		菓子 牛乳
12	金	おもちつき きなこもち(ご飯はいりません) 豚汁 みかん (ひな・ひよこ組) 豚汁 餃子 みかん		★ザクザククッキー 牛乳
13	土	ビーフシチュー スティックきゅうり		菓子 牛乳
14	日			
15	月	筑前煮 揚げ出し豆腐 味付けのり		★みかんクラッシュゼリー
16	火	中華丼 レンコンとゆで卵のサラダ パイン		菓子 牛乳
17	水	ごま味噌坦々スープ 春雨サラダ 黄桃		★牛乳餅
18	木	すき焼き風煮 ナムル風煮びたし 卵焼き		菓子 牛乳
19	金	たんじょうかい 豚肉とひじきの混ぜご飯 コンソメスープ ミートボール		菓子 牛乳
20	土	他人丼 ブロッコリーのサラダ		菓子 牛乳
21	日			
22	月	クリームスパゲッティ 切り干し大根のナムル いり卵		菓子 牛乳
23	火	牛肉の柳川風 大豆サラダ 手作りふりかけ		★イチゴムース
24	水	根野菜鶏汁 トウモロコシの天ぷら パナナ		菓子 ミルク
25	木	高野豆腐の卵とじ かみかみごぼう ごまたくあん		菓子 牛乳
26	金	アジフライ マセドアンサラダ みかん		★フレンチトースト 牛乳
27	土	貝だくさん味噌汁 焼き魚		菓子 牛乳
28	日			
29	月	鶏のから揚げ 土佐和え トマト		菓子 牛乳
30	火	鮭の味噌パン粉焼き きゅうりとわかめの酢の物 梅干し		★アップルパイ 牛乳
31	水	親子丼 洋風白和え 黄桃		菓子 牛乳

※オレンジ色の文字:新メニュー

◎都合により、メニューが変更する場合があります。
◎たんじょうかいは、特別メニューですので、白飯はいりません。お箸を持たせて下さい。
◎カレー、シチュー、ビーフシチューの時は、スプーンを各自で準備して下さい。
◎12日(金)はお餅を食べるので、ご飯はいりません(もち組・うめ組・さくら組)