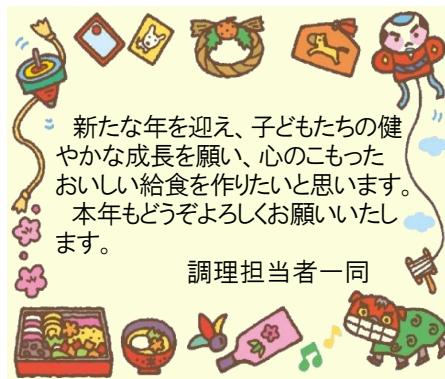


1がつのこんだてひょう

令和8年 平田保育所



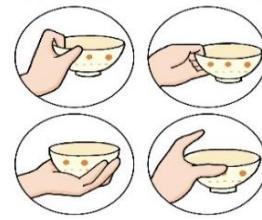
新たな年を迎え、子どもたちの健やかな成長を願い、心のこもったおいしい給食を作りたいと思います。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

調理担当者一同



＜今月の食育目標＞ 食器を大切にしよう

4月から『食事のあいさつ』『食べる時の姿勢』などの食事のマナーについて繰り返し伝え、習慣となるように取り組んでいます。今月の食育目標は『食器を大切にしよう』です。食事や会話に夢中になると、食器の持ち方や姿勢が崩れてしまい、食器を置くときに大きな音がしてしまったり、手から落ちて割れてしまったりすることがあります。壊れてしまった茶碗や皿は元に戻らないことを伝え、大切に使うことができるよう声をかけていきます。また、食器の正しい持ち方についても年齢に合わせてポスターを使って伝えます。



指をへりにひっかけたり、親指を中に入れたりする持ち方は、器が安定にくく、料理をこぼす原因になります。

月	火	水	木	金
5 (午前のおやつ0・1・2歳児) チーズ お茶	6 正月献立 かりかりいりこ お茶	7 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	8 大豆とごまのせんべい お茶	9 カレークラッカー お茶
ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ ふかし芋 そうめん汁	桜えびごはん ぶりの照り焼き 筑前煮 紅白なます/黒豆 花麩のすまし汁	ごはん 鶏肉の磯焼き おからサラダ チンゲン菜の煮物 しじみのすまし汁/みかん	ごはん 揚げレバーのごまソースがらめ キャベツのマリネ 南瓜の煮物 かぶのみそ汁	ごはん ぶり大根 白菜と春菊のごま和え 里芋のみそかけ のりふで/りんご
梅かつおおにぎり 牛乳	黒米おにぎり 牛乳	七草がゆ 牛乳	刻み昆布おにぎり 牛乳	黒糖蒸しパン 牛乳
12 成人の日	13 ぱりぱりせんべい お茶	14 麺の青のりスナック お茶	15 豆乳スープ お茶	16 誕生会 煮昆布 お茶
*青字は新作メニューです	ごはん 鮭の塩こうじ焼き 納豆和え 切干大根の中華和え どさんこ汁	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き おからの炒り煮 小松菜の和え物 さつま芋のみそ汁/みかん	ごはん 魚のカレームニエル 小松菜の中華和え ボイルブロッコリー けんちん汁	ごはん とんかつ 花野菜サラダ 焼きれんこん 野菜スープ/ぽんかん
19 きな粉マカロニ お茶	20 麺のココアラスク お茶	21 弁当の日 煮豆 お茶	22 粉ふき芋 お茶	23 きな粉クッキー お茶
ごはん 鶏肉の照り焼き 春雨の酢の物 さつま芋の甘煮 わかめのみそ汁	ごはん 魚の衣焼き 大根サラダ キャベツの和え物 油揚げのみそ汁/りんご	五平餅 牛乳	のりおにぎり 牛乳	おからショコラ 牛乳
ひじきおにぎり 牛乳	茶飯おにぎり 牛乳	さつま芋大福 牛乳	じゃこおにぎり 牛乳	牛しぐれおにぎり 牛乳
26 麺の黒糖がらめ お茶	27 いちごヨーグルト お茶	28 きな粉南瓜 お茶	29 ふかし芋 お茶	30 ごまプリツ お茶
雑穀ごはん 鶏肉の和風ピカタ あらめの煮物 ほうれん草のごま和え なめこ汁	中華丼 焼き南瓜 ピクルス りんご	ごはん おでん 揚げごぼう ほうれん草の磯香和え 煮豆	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ツナじゃが ブロッコリーサラダ 白菜のみそ汁	ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草の和え物 ちゃんこ鍋 ぽんかん
黒豆おにぎり 牛乳	炒り玄米おにぎり かりかりいりこ/牛乳	豚しぐれおにぎり 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	米粉のチーズクッキー 牛乳

七草がゆを食べよう

春の七草とはせり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すしろ(だいこん)のことです。1月7日に七草がゆを食べて、その年の無病息災を祈るいわれがあります。保育所でも七草がゆを食べて今年の健康を祈りたいと思います。



りんごの皮むきをしました

12月にうさぎ組の子どもたちの目の前でりんごの皮むきをしました。子どもたちに応援してもらいながら、途中で切れないと慎重にむきました。皮をむいたら中が白いことや、種があることに気づき、教えてくれました。1本につながった皮を見て「へびみたい」とつぶやく子もいましたよ。その日の給食では、りんごを楽しみに苦手な食べ物も食べてみようとする姿が見られましたよ。



みんな大喜び！クリスマス献

12月20日はクリスマス献立でした。子どもたちに喜んでもらえるように腕を振りました。楽しい雰囲気の中、どのクラスもお腹いっぱい食べていましたよ。「おいしい～♪作ってくれてありがとう！」とても喜んでくれました。

おやつのクッキーは、大きなツリーといろいろな型抜きクッキーを作りました。調理担当者がサンタとトナカイになり、子どもたちへプレゼントしました。クッキーを見て「わあ～!!」と目をキラキラさせていましたよ。子どもたちの言葉や、嬉しそうな顔を見て、私たち調理担当者もとても幸せな気持ちになりました。

おいしいよ！

