



1月 給食だより 献立表



令和7年度1月発行 第四吉備保育園

あけましておめでとうございます。お正月休みはどのように過ごされたでしょうか。各ご家庭でおせち料理やお雑煮など、たくさん食べられたことと思います。

今年も安全でおいしい給食やおやつを提供していきます。どうぞよろしく
お願いいたします。



～ 伝統行事にちなんだ料理を味わおう ～

おせち料理は、一年で一番おめでたいお正月に食べる料理です。そのため料理それぞれに家内安全や無病息災などの意味が込められています。名前の語呂合わせや縁起を担ぐ食材を使用したものも多いです。意味を知ることによって、今までとは違った食べる楽しみが増えそうですね。

《きんとん》

きんとんは「金団」と書き、金の集まったもの、財宝という意味です。今年も豊かな生活が送れますようにとの願いが込められています。



《里芋》

親芋になる根元から子芋が出て育つので、子どもがたくさん生まれるようお願いの事に使われます。



《黒豆》

豆はまめめめしいという意味。家族みんなが今年も1年めで元気に過ごせますように、働けますようにという願いが込められています。



《なます》

色の白いダイコンは、清らかな生活を願って食べます。また、大地に根をはるので、家の土台がしっかりして栄えるともいわれています。



実施日	曜日	3歳未満児 10時のおやつ	昼食献立	3歳未満児 加算食	3時のおやつ	エネルギー<kcal> ()は3歳未満児
5	月	牛乳 菓子	ツナカレー 大根ごま塩サラダ もも缶		牛乳 菓子	641.7 (523.4)
19	月	牛乳 菓子	ポークカレー 大根サラダ もも缶		牛乳 菓子	640.0 (521.8)
6 20	火	牛乳 菓子	松風焼き のっぺい汁 ブロッコリーの塩ゆで		牛乳 二色サンド	626.4 (506.9)
7	水	牛乳 菓子	☆お楽しみ献立☆ 赤飯 鶏肉のごまみそ焼き 七福なます すまし汁 みかん		牛乳 菓子	647.8 (475.6)
21	水	牛乳 菓子	鶏肉の竜田揚げ 七草入りごまあえ 黒豆		牛乳 さつまいもとりんごのきんとん	574.7 (465.5)
8 22	木	牛乳 菓子	煮しめ 青菜のしらすあえ みかん		牛乳 ベジータケーキ	597.2 (487.6)
9 23	金	牛乳 菓子	鶏肉の照り焼き 切干大根の酢の物 かぶのみそ汁		牛乳 昆布とじゃこのおにぎり	606.4 (481.4)
10 24	土	牛乳 菓子	スパゲティーナポリタン 焼きポテト みかん		牛乳 菓子	481.7 (446.4)
26	月	牛乳 菓子	高野豆腐の五目煮 小松菜とツナの和え物 りんご	ひじきごはん	牛乳 ごまじゃこトースト	625.1 (524.5)
13	火	牛乳 菓子	★なんちゃって給食★ ハンバーガー 牛乳 フライドポテト パイン缶		牛乳 ホットアップルパイ	650.5 (554.2)
27	火	牛乳 菓子	花野菜シチュー グリーンサラダ みかん		牛乳 甘納豆蒸しパン	612.4 (499.7)
14 28	水	牛乳 菓子	中華丼 華風あえ パイン缶		牛乳 牛乳もち	565.2 (471.0)
15 29	木	牛乳 菓子	肉じゃが 手作りふりかけ 白菜のごま酢あえ		牛乳 きなこクッキー	600.4 (476.5)
16 30	金	牛乳 菓子	魚の西京焼き れんこんのきんぴら 納豆		牛乳 さつまいもスティック	586.2 (474.7)
17 31	土	牛乳 菓子	豚汁うどん 青菜の磯あえ バナナ		牛乳 菓子	506.5 (467.7)

1月献立より

～ さつまいもとりんごのきんとん ～

【材料4人分】

- さつまいも 200g
- りんご 50g
- さとう 15g
- 水 適量
- 豆乳 20g



【作り方】

- ① さつまいもは皮をむいて1cm幅の輪切りにする。りんごは皮つきのまま小さめの薄切りにする。
- ② ①のさつまいもは電子レンジでやわらかくなるまであたためて、熱いうちにつぶす。
- ③ りんごと砂糖を鍋に入れる。ひたひたになる程度の水も入れて、りんごがやわらかくなるまで煮る。汁気がなくなったら火を止める。
- ④ ③にさつまいもと豆乳を入れて混ぜる。形を丸く成型したら完成。