



発行日 平成30年 1月 5日 下田部保育園

### ☆新年あけましておめでとうございます☆

年末年始はどのように過ごされましたか?? 家族や親戚のみなさんと集まったり、美味しいおせちや料理を食べたり、どこかへ旅行に出掛けられたりと様々な形で新年を迎えられたことと思います。

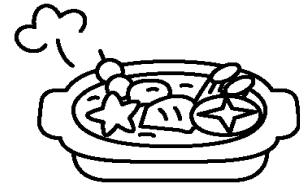
今年度もあと3ヶ月…。進級・卒園に向けて、少しでも「好きな食べ物」が増えるよう、今年もまた子どもたちのために「安全安心で美味しい給食作り」を心掛けていきたいと思っております。

本年も宜しくお願い致します。

☆「**これからの季節の我が家の汁物**」アンケートについて☆  
出来る限り紹介させていただきます。

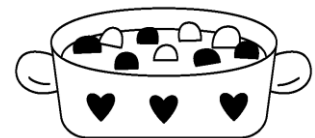
#### 《乳児クラス より》

- \*小さく切った野菜やきのこ等をたくさん入れ、食べやすいように、糸こんにゃく・春雨・うどんなどの麺類・ごはんと混ぜている。好きなもの（肉団子など）も入れている。
- \*具だくさんのお味噌汁やスープにしている。
- \*かぼちゃなどを皮ごと煮てつぶし、ポタージュにしている。
- \*玉ねぎは一度レンジ等で火を通し、甘みを出している。
- \*野菜をたくさん使用し、彩りも大切にしている。



#### 《幼児クラス より》

- \*冬には、ほうとうをよく作る。身体も温まり、たくさん食べることが出来るため。
- \*ポトフやミネストローネをよく作る。
- \*普段はなかなか食べない野菜や海藻を、好きな汁物に入れるとしっかり食べてくれる。
- \*チンゲン菜や春雨・マロニーをよく使う。
- \*子どもの分だけ取り分け、薄味にしている。
- \*苦手な野菜は細かく切り、つみれにして、汁物の具にしている。
- \*スープの隠し味に、ケチャップを入れている。
- \*時間のあるときに、昆布や煮干し・干しいたけで出汁をとって保存し、使っている。
- \*寒い日は、生姜やんにくを入れて、身体が温まるようなスープにしている。
- \*鍋の次の日には、それに味噌を加えてお味噌汁にしている。
- \*骨付きのお肉を入れる場合、お酢をスプーン1杯加え、カルシウムがより多く摂れるようにしている。
- \*こんにゃくやゴボウを加え、食感の違いを楽しむようにしている。



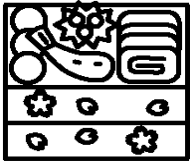
ご協力ありがとうございました♪



**「松風焼き」**

肉のすり身やひき肉に卵などのつなぎと調味料を混ぜて型に入れ、上になる面にけしの実やゴマを散らし、天火などで焼いたもの。

一般的には鶏ひき肉で作り、おせちにも用いられる。



15	チキンライス 春雨サラダ ミルクスープ フキゼリー	22	豚肉のトマト煮 キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ ごはん
29		9	チャンポン ブロッコリーのナムル オレンジ ごはん
16	和風カレーうどん わかめスープときゅうりの練りゴマ和 みかん ごはん	23	マーボー豆腐丼 大根の塩昆布漬け 白菜スープ
30		10	
17	れんこんと牛肉の黒酢炒め もやしとほうれん草のナムル 中華スープ ごはん	24	
31		11	鮭の石狩風 キャベツとカニカマのサラダ りんご 納豆 ごはん
18	18日☆お弁当日☆	木	25日☆お誕生日☆
19	豆腐の松風焼き 白菜とツナの酢の物 みそ汁 ごはん	12	鶏肉ときこの味噌マヨ炒め 千層菜と白菜の煮びたし すまし汁 ごはん
6	さわらのムニエル ポイルサラダ コンソメスープ ロールパン	26	お好み焼き みそ汁 パン缶 若菜ごはん
20		13	
土		27	

- \* 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- \* 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- \* 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

☆新春行事食(5日)☆

- \* 七草粥 \*
- \* 鯖のごま焼き \*
- \* みそ汁 \*
- \* パナナ \*

☆12月 お誕生日会メニュー☆

- \* 和風豚もやしラーメン \*
- \* ナムル \*
- \* りんご \*
- \* ごはん (梅干し) \*

**手作りおやつ**

	離乳食	乳児・幼児		離乳食	乳児・幼児
10日(水)	トースト(パン)	ピザトースト	12日(金)	おやさいパンケーキ	お野菜ケーキ
16日(火)	野菜スープ	ぜんざい	18日(木)	型抜きサンドパン	型抜きクッキー
19日(金)	きなこマカロニ	煮干しごまチップ	23日(火)	りんごきんとん	コーンフレークおこし
26日(金)	しらす入りパンケーキ	ごまじゃこトースト	31日(水)	蒸しパン	チーズ千切り