



1月 こんだてひょう

日光認定こども園 2021・1

月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9
シーチキンカレー フレンチサラダ ゆで卵・チーズ くだもの・牛乳 おにぎりせんべい	鯖の西京焼き 紅白なます 豆腐のすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・シガーフライ	ねぎグラタン スイートサラダ ほうれん草スープ くだもの・牛乳 ミルク・クロワッサン	豆腐ボール 五目煮 七草汁 くだもの・牛乳 ミルク・みかんケーキ	豚肉の生姜焼き ゆかり和え 高野のみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・かぼちゃもち	きつねうどん 小松菜のごま和え 金時豆 くだもの・牛乳 せんべい
11	12	13	14	15	16
成人の日	白身魚のフライ 大豆のオーロラサラダ れんこんとろみ汁 くだもの・牛乳 昆布おにぎり	すき焼き風煮 野菜の昆布和え 厚焼き玉子 くだもの・牛乳 ミルク・あんクリームサンド	鮭の照り焼き マカロニサラダ もずく汁 くだもの・牛乳 ミルク・バナナケーキ	クリームシチュー 海藻サラダ ハムエッグ くだもの・牛乳 ミルク・ビスケット	スパゲティナポリタン バイドジャが・チーズ 玉子スープ くだもの・牛乳 せんべい
	18	19	20	21	22
ポピエットシーチキン ひじきの炒り煮 大根のみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・にんじんケーキ	手作り弁当日  バナナ	鯖の塩焼き 白和え かき玉汁 くだもの・牛乳 ミルク・蒸し芋	麻婆豆腐 小松菜と人参のナムル シューマイ くだもの・牛乳 ほうれん草だんご	鯖のおろし煮 こんにゃくサラダ のっぺい汁 くだもの・牛乳 ミルク・豆腐ドーナツ	23
25	26	27	28	29	30
チキン南蛮 コールスローサラダ 白菜スープ くだもの・牛乳 ミルク・ホワイトボール	厚揚げの肉みそ炒め 切り干し大根煮 じゃが芋のみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・大納言ケーキ	もずくオムレツ ブロッコリーサラダ ポークビーンズ くだもの・牛乳 ミルク・キャラメルラスク	大豆ハンバーグ 春雨サラダ 冬野菜スープ くだもの・牛乳 わかめおにぎり	白身魚のコーン焼き 白菜のごま和え なめこ汁 くだもの・牛乳 ミルク・フライドポテト	焼きそば かぼちゃのきな粉もち 中華スープ くだもの・牛乳 せんべい



1月7日は「人日（じんじつ）」五節句のひとつ。
七草の節句とも言われ、この日に七草がゆを食べる習慣があります。セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ、この春の七草をおかゆでいただき、正月料理で疲れたおなかを少し休めてあげましょう。



正月にお供えした鏡餅は、鏡開きの日に割り、お雑煮やおしるこにさせていただきます。鏡は円満、開くは末広がりの意味があり、家族円満を願う行事です。家族みんなで鏡開きを行って、2021年も幸せいっぱいになりますように。
※食材の都合により献立を変更することがあります。

