



あかのなかま	みどりのなかま	きいろのなかま	その他調味料	主食
からだをつくる 	からだの調子をととのえる 	エネルギーのもとになる 		

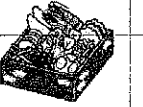
6	月	冬休み サバの塩焼き・三色ナムル・みそ汁・クリームコンフェ	サバ・わかめ・油揚げ・みそ・鶏卵・牛乳	ほうれん草・もやし・コーン・玉ねぎ	砂糖・ごま油・小麦粉・マーガリン	塩・しょうゆ・酢・だし汁	ごはん
7	火	冬休み 麻婆豆腐・華風和え・中華スープ・果物	豆腐・豚ひき肉・みそ・ロースハム	しょうが・人参・干しいたけ・長ねぎ・ニラ・きゅうり・もやし・チンゲン菜・玉ねぎ・えのき・果物	砂糖・片栗粉・ごま油・醤油・いりごま	しょうゆ・酒・酢・中華だし・塩	ごはん
8	水	冬休み ふわふわオムレツ・ブロッコリーサラダ・コンソメスープ・果物	豚ひき肉・鶏卵・牛乳・ツナ缶・ウインナー	ピーマン・人参・玉ねぎ・クリームコーン缶・ブロッコリー・コーン・白菜・小松菜・果物	油・マヨドレ	塩・ケチャップ・コンソメ	ごはん
9	木	【午前保育】 中華丼・キャベツの塩昆布和え・中華スープ・果物	豚肉・かまぼこ・昆布・わかめ	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・チンゲン菜・しょうが・キャベツ・きゅうり・長ねぎ・えのき・果物	油・片栗粉・ごま油	中華だし・塩・しょうゆ	ごはん
10	金	【午前保育】 ちくわの磯辺揚げ・ほうれん草のごま和え・みそ汁・果物	ちくわ・青のり・巻餅・みそ	ほうれん草・人参・コーン・しめじ・果物	小麦粉・油・砂糖・じゃがいも・すりごま	しょうゆ・だし汁	なめしごはん
14	火	【給食開始日】 鶏肉のマーマレード焼き・もやしの中華和え・中華スープ・果物	鶏もも肉・ロースハム・豆腐	しょうが・マーマレード・もやし・きゅうり・えのき・コーン・果物	砂糖・ごま油・いりごま	しょうゆ・酒・酢・中華だし・塩	鮭わかめごはん
15	水	【午前保育】 かしわうどん・ふかし野菜・果物	鶏もも肉・油揚げ	小松菜・人参・えのき・長ねぎ・干しいたけ・コーン・果物	じゃがいも・さつまいも・マヨドレ	だし汁・みりん・塩・しょうゆ	うどん
16	木	カレーライス・切干大根とツナの和え物・牛乳・果物	豚肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・人参・切干大根・きゅうり・もやし・果物	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	カレールー・ケチャップ・しょうゆ・ソース・酒・酢	ごはん
17	金	【食育の日】 魚の焼き漬け・冬菜のおひたし・みそけんちん汁・果物	赤魚・豆腐・かつお節・みそ	冬菜・もやし・コーン・ごぼう・人参・大根・長ねぎ・果物	砂糖・さつまいも	しょうゆ・酒・塩・みりん・だし汁	ごはん
20	月	親子丼・三色おひたし・みそ汁・果物	鶏もも肉・鶏卵・わかめ・油揚げ・みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース・ほうれん草・もやし・絹さや・果物	砂糖・油	だし汁・しょうゆ・酒・塩	ごはん
21	火	クリームシチュー・サラダ・果物	鶏肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・果物	じゃがいも・油・砂糖	ホワイトルー・シチューミックス・しょうゆ・塩・酢	クロワッサン
22	水	しゅうゆラーメン・カラフルサラダ・果物	豚肉	コーン・人参・キャベツ・長ねぎ・しょうが・きゅうり・果物	ごま油・じゃがいも・さつまいも・マヨドレ	中華だし・しょうゆ	ちゃんぽん麺
23	木	ピピンパ・卵焼き・チンゲン菜とわかめのスープ・果物	豚ひき肉・わかめ・豆腐・鶏卵	ぜんまい水漬・干しいたけ・ほうれん草・もやし・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・コーン・果物	ごま油・砂糖・いりごま・油	しょうゆ・塩・中華だし・酢	ごはん
24	金	サバの味噌煮・ひじきの炒り煮・すまし汁・動物ゼリー	さば・みそ・ひじき・さつまいも・油揚げ・豆腐・かまぼこ	しょうが・ごぼう・人参・干しいたけ・絹さや・長ねぎ・フルーツ果汁	砂糖・しらたき・油	みりん・しょうゆ・だし汁・塩	ごはん
27	月	チキンカツ・もやしの和え物・かぶスープ・果物	鶏肉・ウインナー	もやし・人参・ほうれん草・コーン・かぶ・果物	パン粉・小麦粉・油	塩・しょうゆ・コンソメ・ソース	ごはん
28	火	千草焼き・白菜のもみ漬け・みそ汁・果物	鶏卵・豚ひき肉・ひじき・昆布・油揚げ・わかめ・みそ	人参・干しいたけ・白菜・キャベツ・しめじ・果物	油・砂糖・いりごま	塩・しょうゆ・だし汁	ごはん
29	水	【1月誕生会】 からあげ・星のハンバーグ・ツナサラダ・コーンスープ・ゼリー	ツナ缶・鶏肉・豚肉	ブロッコリー・にんじん・コーン・クリームコーン・玉ねぎ・しょうが・キャベツ・みかん缶・フルーツ果汁	油・砂糖・片栗粉・小麦粉・米粉・じゃがいも	ケチャップ・塩・酢・コンソメ・しょうゆ	わかめごはん
30	木	【お弁当DAYのため給食ありません】					
31	金	マカロニグラタン・かりかり漬け・コンソメスープ・果物	鶏肉・ウインナー・牛乳・チーズ	玉ねぎ・マッシュルーム缶・ブロッコリー・コーン・小松菜・きゅうり・人参・キャベツ・果物	マカロニ・油・砂糖・ごま油・いりごま	塩・しょうゆ・酢・コンソメ・ホワイトルー	ごはん

令和7年度

# 給食だより

あけましておめでとうございます

1月は、おせち料理・雑煮・七草粥・鏡開きなどの伝統的な料理にふれる機会が多くあります。普段とは違う昔から食べ続けられてきた料理の味や家庭に伝わる味を子どもたちと一緒に味わって伝えていきましょう！



## ★おせち料理の紹介★

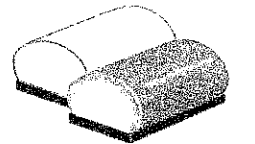


### ●栗きんとん

黄金色の栗きんとんには、お金に恵まれるように、という願いが込められています。

### ●紅白かまぼこ

紅色は魔除け、白色は清浄を意味しています。紅白の鮮やかな色合いでおせちを美しく彩ります。



### ●えび

海の幸の代表格でもあるえび！目玉が飛び出ていることから『めでたい』とされ、縁起のよい食材です。

### ●だてまき

昔の巻物（書物）を模した形で、頭が良くなるようにと願いを込めています。



## 食育の日 【魚の焼き漬け】

『焼き漬け』は、昔からある調理法で焼いた魚をつけ汁に漬けることで、保存性を高めています。焼いた魚を熱いうちに漬けておくと、味がよくなり、味わいがよくなります。

新潟では、切りもちに似た形の『もち切り』にした魚の切り身を使うことが多く、他の地域ではあまりみられない切り方のため『新潟切り』とも言われます。



- \* 献立内容を変更する場合があります。
- \* 調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵のっていない製品を使用しています。
- \* メニューを見てスプーンを持たせて頂いてもかまいません。