給　食　便　り

1月予定献立表

R21.1.8

1月5日～10日　19日～24日			1月13日～17日　26日～31日		
	おかず	おやつ		おかず	おやつ
月	赤魚の煮魚 ひじき大豆 白みそ雑煮	栗きんとん風甘煮	月	クリームシュー かぶのそぼろ煮	金時豆の甘煮 とうもろこし
火	わかめご飯 肉じゃが 豆腐の味噌汁	麩のラスク みかん	火	鮭のマヨネーズ焼き 和え物 麩の味噌汁	小豆団子
水	ポークビーンズ 南瓜の味噌汁	ツナマヨおやき	水	ハンバーグ ポテトサラダ 南瓜の味噌汁	きなこマカロニの フレーク添え
木	チキンカレー マカロニサラダ	フライドポテト プチゼリー	木	マーボー豆腐 春雨スープ	おからのデザート バナナ
金	鶏のマーマレード 蒸かしじゃが芋 にらの味噌汁	ヨーグルトフルーツ コーンフレーク添え	金	ニョッキ風トマトソース煮 豆腐の澄まし汁	ほうれん草の 蒸しパン
土	牛丼 チンゲンサイの澄まし汁	クロワッサン ぽたぽたやき	土	ほうとう風うどん 野菜炒め	クロワッサン おにぎりせんべい

＊ 上記の他、各日 牛乳等があります。(乳酸菌飲料等の日は牛乳が無い場合があります)

0歳児中後期、午後の離乳食予定表

(昼食は、基本的に上記献立に準じています。)

1月5日～10日　19日～24日		1月13日～17日　26日～31日	
月	栗きんとん風甘煮	月	金時豆の甘煮　とうもろこし
火	麩のラスク　みかん	火	おはぎ
水	ツナマヨおやき	水	きなこマカロニ
木	蒸かしじゃが芋　プチゼリー	木	おからのデザート　バナナ
金	ヨーグルトフルーツ　コーンフレーク添え	金	ほうれん草の蒸しパン
土	おにぎり　プチゼリー	土	おにぎり　プチゼリー

初期の子は、煮物等と生果になります。

上記献立は、食材などの都合により、予告無く変更する場合があります。あらかじめ、ご了承お願いいたします。

給食試食のお誘い

1月3 週目の 月曜日～金曜日まで 1日 2名程度試食を実施します。(1食 200 円) 希望日の1週間前までにお申込み下さ
多数の方に参加してもらうため原則お一人年1回とさせていただきます。行事と重なる場合等お断りすることがあります。
お箸とコップは持参してください)

キリトリ

給　食　試　食　申　込　書　　料金 200 円を沿えて申し込みます。

(希望日 H　/　/　)　(組　　)(園児名　　)　(保護者名　　)

食育だより

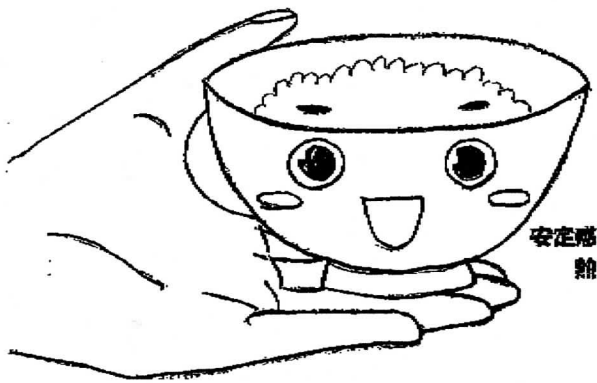
あけまして、おめでとうございます！！

今年も宜しくお願いします。
いよいよ、3学期ですね！

「茶わんの持ち方をしっかり覚えましょう」

食事の時、子どもがどんなお茶わんの持ち方をしているか知っていますか？しっかり持っていると思っていても、お茶わんの下で指が遊んでいるかも知れません。変な待ち方のくせがつかないうちに、今から気をつけましょう。うさぎ組も三学期からは、お茶わんとお箸を使って給食です。

正しい持ち方



<ポイント>

4本の指でお茶わんを支え、親指をかるくふちにあてます。お茶わんを支える指がそろっていると、見た目がきれいです。

安定感があって、
熱いごはんが入っていても平気です！

お茶わんが正しく持てたら、姿勢も正して食べましょう。。。

今月の献立には行事食、白味噌雑煮、かわいいお団子が入ります。
おやつには、栗きんとん風甘煮を予定しています。

青桐保育園　　調理室