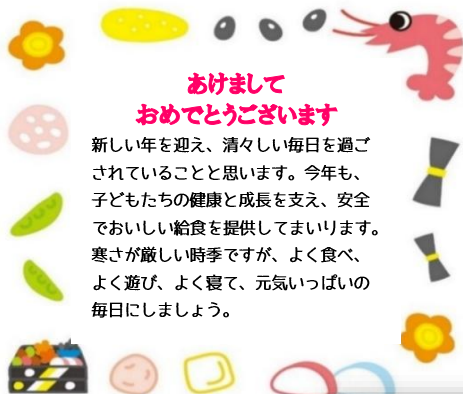


1月 給食献立表

2024年度
いぬかいこども園

日	曜日	昼 食	3時のおやつ
1	水	元日	
2	木	休み	
3	金	休み	
4	土	ごはん 五目すいとん 焼きししゃも かぼちゃの甘煮 ゼリー	お菓子・牛乳
6	月	ごはん 千切り大根の卵とじ ボイルウインナー みそ汁 ゼリー	やせうま・牛乳
7	火	七草粥 ゆかりごはん 魚のマヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 すまし汁 みかん	石垣蒸しパン・ミルク
8	水	ごはん 五目煮豆 ブロッコリーのごま和え 手作りふりかけ みそ汁 パナナ	ジャムサンド・ミルク
9	木	トリニータ丼 切干大根サラダ もやしのスープ いちごヨーグルト	クッキー・ココアミルク
10	金	ごはん さば一ぐ キャベツの塩昆布和え みそ汁 りんご	ぜんざい・麦茶
11	土	ごはん つくも煮 にらとちくわの炒め物 すまし汁 ゼリー	お菓子・牛乳
13	月	成人の日	
14	火	おにぎり(少) 味噌ラーメン カレー風味からあげ ボイルブロッコリー パナナ	お菓子・ジュース
15	水	もちつき大会 ゆかりごはん(少) 中華かき玉汁 ボイルウインナー 白菜の漬物 みかん	豆腐のもちもちパンケーキ・ミルク
16	木	ごはん 魚のムニエル 3色ナムル 小松菜の味噌けんちん汁 りんご	お菓子・ミルク
17	金	手作り黒糖パン ビーフシチュー マカロニサラダ ブルーベリーヨーグルト	カルシウムおにぎり・麦茶
18	土	ごはん 炒り豆腐 さつま芋のレモン煮 すまし汁 ゼリー	お菓子・牛乳
20	月	ごはん チーズオムレツ ひじきのサラダ みそ汁 りんご	クレープ・ミルク
21	火	ごはん ごま味噌筑前煮 小松菜とコーンのじゃこ和え すまし汁 フルーチェ	フルーツポンチ・麦茶
22	水	ごはん 魚のカレー竜田揚げ バンサンスー みそ汁 みかん	お菓子・ジュース
23	木	お誕生日会(いなり寿司 松風焼き 田作り さつま芋の茶巾 紅白なます かまぼこ すまし汁 いちごゼリー)	
24	金	ごはん 納豆入り寄せ揚げ きゅうりともやしのナムル みそ汁 パナナ	チーズラスク・ミルク
25	土	ごはん ちゃんぽん 焼きししゃも 昆布の煮付け ゼリー	お菓子・牛乳
27	月	カレーライス ボイルウインナー うまっコリー いちごヨーグルト	豆腐白玉団子・ミルク
28	火	手作りパン チキンカツ グリーンサラダ コーンスープ みかん	手作りふりかけのおにぎり・麦茶
29	水	ごはん 石狩汁 鶏レバーの甘辛煮 白菜とツナの和え物 ゼリー	焼きそば・麦茶
30	木	ごはん 親子煮 ほうれん草とひじきのサラダ みそ汁 パナナ	お菓子・カルピス
31	金	ごはん 厚揚げの麻婆煮 小松菜のじゃこ炒め そうめん汁 みかん	キャラットカップケーキ・ミルク

※1号認定の方はおやつはありません。 ※献立は変更になる場合があります。



あけまして おめでとうございます

新しい年を迎え、清々しい毎日を過ごされていると思います。今年も、子どもたちの健康と成長を支え、安全でおいしい給食を提供してまいります。寒さが厳しい時季ですが、よく食べ、よく遊び、よく寝て、元気いっぱい毎日にししましょう。

春の七草(七草粥)...1月7日はせり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの七草が入った七草粥を食べ胃腸をいたわしましょう。



ピザ作り&具材バイキング♪

12月6日(金)にさくら組でピザづくりをしました。今年度はグループごとにピザ生地を作るところから始めました。ポウルに材料を入れて捏ねる工程では1人10回を5セット頑張りました。捏ねたり投げたりは大人でも大変な作業ですが、さくら組さんは途中で飽きることなく、楽しみながら一生懸命頑張りました。温かいお部屋でピザ生地を発酵させる間にベーコンを切りました。その後めん棒で生地を伸ばして生地にケチャップを塗り、具材をのせてチーズをかけ、調理室で焼きました。今回はバイキングにして好きな具材を好きなだけ選んだのでほぼ全員が完食していました。おうちでもぜひ作ってみてください。

【子ども6人分】

強力粉...180g ドライイースト...3g 塩...2g 三温糖(砂糖)...6g
ぬるま湯(温度計があれば45℃)...100g オリーブオイル...16g

トッピングはベーコン・パイン缶・茹でたじゃがいも・マヨネーズ・ゆで卵・マヨネーズ・コーン・ツナマヨ・ブロッコリーを準備しました。お好みの材料を使用してください。

【作り方】

①ポウルに強力粉・ドライイースト・塩・三温糖を入れてスプーンで混ぜる。ぬるま湯を加えてさらにスプーンで混ぜる。オリーブオイルを加えて10分ほどしっかり捏ねる。丸く丸めてポウルに置きラップをして温かい場所で30分くらい発酵させる。②ガス抜きして6等分して丸め、めん棒で薄く伸ばす。ケチャップを塗って具材をのせチーズをかけて170℃で10分～15分焼いて完成(^^)♪

