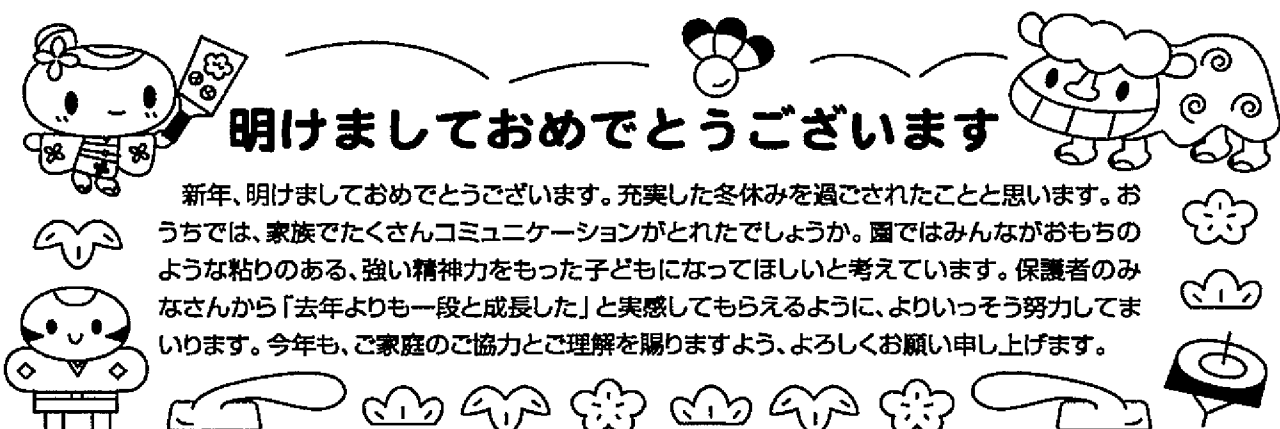


# 大在こども園

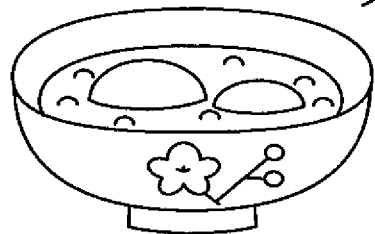


## 明けましておめでとうございます

新年、明けましておめでとうございます。充実した冬休みを過ごされたことと思います。うちでは、家族でたくさんコミュニケーションがとれたでしょうか。園ではみんながおもちのような粘りのある、強い精神力をもった子どもになってほしいと考えています。保護者のみなさんから「去年よりも一段と成長した」と実感してもらえるように、よりいっそう努力してまいります。今年も、ご家庭のご協力とご理解を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

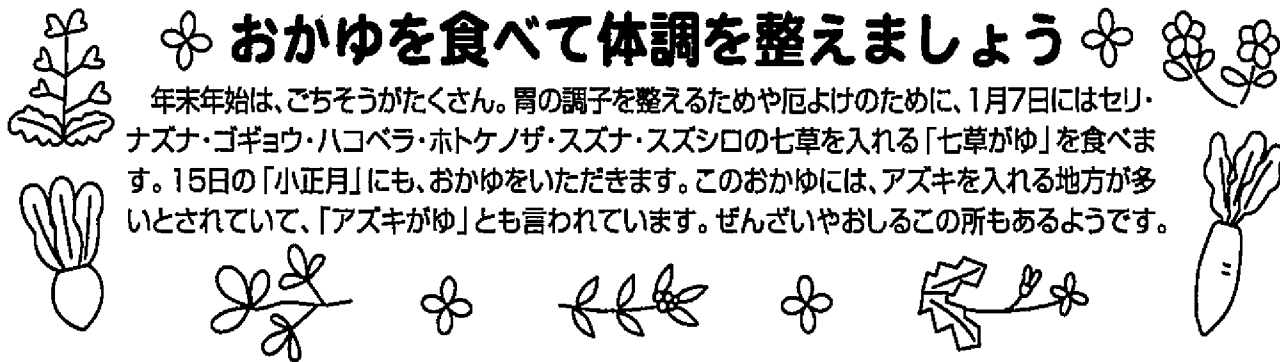
## 1月11日“鏡開き”

飾っておいた鏡もちをおしるこ・ぜんざいなどにして、家族で食べましょう。



## 1月目標

かんしゃ きも  
感謝の気持ちを  
た  
もって食べよう



## おかげを食べて体調を整えましょう

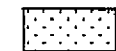
年末年始は、ごちそうがたくさん。胃の調子を整えるためや厄よけのために、1月7日にはセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの七草を入れる「七草がゆ」を食べます。15日の「小正月」にも、おかげをいただきます。このおかげには、アズキを入れる地方が多いとされていて、「アズキがゆ」とも言われています。ぜんざいやおしるこの所もあるようです。

# 1月のメニュー

平成28年度

日	曜	主調	メニュー			十時おやつ	三時おやつ	
1	日		年始休み					
2	月		年始休み					
3	火		年始休み					
4	水	肉汁	かぶ入りシチュー	マカロニサラダ	桃缶	山芋スナック	チョコチップケーキ	
5	木	豆煮	がめ煮	ツナとわかめの酢の物	りんご	小魚せんべい	豆乳もち	
6	金	魚揚	魚のチーズフライ	南瓜の甘煮	ブロッコリー みかん	きな粉ウエハース	メロンパン	
7	土		チャンポン	ゆで卵	パン パナナ	海藻せんべい	まがりせんべい	
8	日							
9	月		成人の日					
10	火	魚焼	魚の香草パン粉焼き	パレイのカレーそぼろ炒め	パイ	のりものビスケット	メルティーフレーク	
11	水	卵蒸	すごもり卵	ツナとわかめのさっと煮	りんご	えびせんべい	豆乳まんじゅう	
12	木	肉煮	肉じゃが	春雨の酢の物	バナナ	山芋スナック	マドレーヌ	
13	金	豆焼	豆腐の松風焼き	マセドアンサラダ	みかん	小魚せんべい	ソフール	
14	土		じゃこ入りさつま芋ご飯	味噌汁	桃缶	きな粉ウエハース	雪の宿	
15	日							
16	月	豆煮	凍り豆腐のオランダ煮	ツナときゅうりのサラダ	パイ	海藻せんべい	★こぎつねおにぎり	
17	火	肉炒	レバーの味噌炒め	ポテトサラダ	ウインナー みかん	のりものビスケット	グラノーラクッキー	
18	水	卵汁	洋風かき玉汁	肉と野菜の変わりきんぴら	桃缶	えびせんべい	★がんづき	
19	木	肉揚	とり天	スパゲティー	カリフラワーの甘酢和え いちご	山芋スナック	カスタードケーキ	
20	金	豆炒	麻婆豆腐	ほうれん草のおかか和え	りんご	小魚せんべい	ふかし芋	
21	土		団子汁	パン	バナナ	きな粉ウエハース	ぼたぼた焼きせんべい	
22	日							
23	月	魚煮	魚のおろし煮	野菜ソテー	パイ	海藻せんべい	りんご入りコロコロボール	
24	火	肉焼	白ねぎ入りハンバーグ	油揚げともやしのナムル	みかん	のりものビスケット	プリン	
25	水	肉汁	コーン入りカレー	スパゲティーサラダ	りんご	えびせんべい	ジャムサンド	
26	木	肉焼	豚肉の生姜焼き	中華風酢の物	バナナ	山芋スナック	ヤクルトあんぱんまんせんべい	
27	金	肉煮	おでん	ブロッコリー	ウインナー いちご	小魚せんべい	やせうま	
28	土		鶏飯	味噌汁	桃缶	きな粉ウエハース	ムーンライト	
29	日							
30	月	魚焼	魚のムニエル	ひじきの炒め煮	ブロッコリー	パイ	海藻せんべい	きな粉団子
31	火	卵焼	ピザ風卵焼き	挽肉と野菜のチャプチェ	みかん	のりものビスケット	石垣もち	

手作りおやつ



★新メニュー