



# きゅうしょくだより



令和5年

1月分の献立表

福間保育園

曜日	日	献立名	10時 未満児 おやつ	3時 全園児 おやつ	曜日	日	献立名	10時 未満児 おやつ	3時 全園児 おやつ
月	16 30	筑前煮 豆腐の味噌汁	麦茶 菓子	豆乳 プリン	月	23	肉団子と野菜の 甘辛あん 中華スープ	ヤクルト 菓子	牛乳 菓子
火	17 31	じゃことわかめのご飯 具たくさん味噌汁 フルーツ	ヤクルト 菓子	麦茶 菓子	火	10 24	ごぼうと豚肉の 炊きこみご飯 小松菜の納豆和え	麦茶 ヨーグルト	豆乳 揚げパン
水	4 18	和風ハンバーグ ポテトサラダ	豆乳 クリーム パン	麦茶 フルーツ	水	11 25	魚の竜田揚げ 春雨の和え物	牛乳 フルーツ	フルーツ ジュース 菓子
木	5 19	魚のカレー揚げ 小松菜と竹輪の炒め物	フルーツ ジュース 菓子	牛乳 ふかし芋	木	12 26	ハヤシライス グリーンサラダ	麦茶 ゼリー	麦茶 お好み焼き
金	6 20	レンコンがんも キャベツサラダ	麦茶 フルーツ	ヤクルト ツナの おやき	金	13 27	肉じゃが わかめの味噌汁	牛乳 カステラ	麦茶 ヨーグルト 和え
土	21	スパニッシュオムレツ フルーツ サラダ	麦茶 菓子	フルーツ ジュース 菓子	土	28	ミートソーススパ ゲッティー 白菜とリンゴの サラダ	麦茶 菓子	麦茶 菓子

行事予定

- 4日 保育はじめ
- 7日 七草粥
- 14日 成道会生活発表会

<きゅうしょくだより>

・七草がゆ  
春の七草(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)をいれたかゆで、1月7日の朝に食べて1年の無病息災を祈ります。

・雑煮  
もともとは年神様にお供えしたその土地の産物ともちを1つの鍋で煮たものです。入れる具材や味つけなどは、地域や家庭によってさまざまです。

