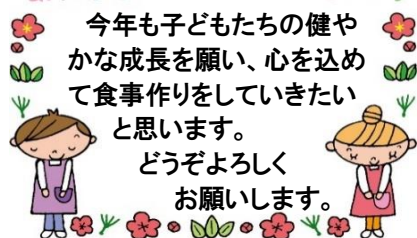




# 1がつのこんだてひょう

令和2年 中部保育

あけましておめでとうございます



- 今月の目標
- ・スプーンやフォークを正しく持って食べよう（0～2歳児）
  - ・箸を正しく持って食べよう（3～5歳児）

スプーンやフォーク、箸を正しく持って食べられるよう、職員が手本となって持ち方を知らせたり、声を掛けたりしながら進めていきます。  
また、3・4・5歳児は、箸を使った遊びを取り入れたり、お箸マンの劇を見たりし、楽しみながら正しい持ち方を身につけていきたいと思います。

※ 青字は新メニューです。



正しい箸の持ち方

| 月   | 火   | 水  | 木   | 金  |
|---|---|--|---|--|
| <b>6</b><br>(午前のおやつ0.1.2歳児)<br>野菜クラッカー・パスチャライズ牛乳<br>ごはん<br>鶏肉のチーズパン粉焼き<br>ひじきとツナのサラダ<br>しめじのみそ汁<br>みかん<br>フルーツきんとん<br>パスチャライズ牛乳 | <b>7 正月献立</b><br>かりかりいりこ<br>牛乳<br>ごはん<br>ぶりの幽庵焼き<br>だて巻き<br>紅白なます・黒豆<br>麩のすまし汁<br>七草がゆ<br>お茶                      | <b>8</b><br>豆乳スープ<br>お茶<br>ごはん<br>大豆とえびの甘酢炒め<br>ごぼうサラダ<br>春菊のみそ汁<br>りんご<br>わかめおにぎり<br>牛乳               | <b>9 とんどさん</b><br>いちごヨーグルト<br>お茶<br>ごはん<br>魚の塩こうじ焼き<br>れんこんのごまドレ和え<br>パプリカのおかか炒め<br>豚汁<br>黒ごま団子<br>牛乳   | <b>10 わいわいクラブカフェ</b><br>ぱりぱりせんべい<br>牛乳<br>ごはん<br>八宝菜<br>こんにゃくの甘辛煮<br>大根サラダ<br>りんご<br>黒糖蒸しパン<br>牛乳  |
| <b>13 成人の日</b><br>                           | <b>14</b><br>麩のココアラスク<br>牛乳<br>ごはん<br>揚げレバーのケチャップ和え<br>ほうれん草の和え物<br>南瓜のおだしあんかけ<br>豆乳入りみそ汁<br>のりおにぎり・かりかりいりこ<br>牛乳 | <b>15</b><br>煮豆<br>牛乳<br>ごはん<br>ぶり大根<br>春菊と白菜のおかか和え<br>のりふで<br>みかん<br>五平餅<br>お茶                        | <b>16</b><br>もっちもちおから<br>お茶<br>麦ごはん<br>鶏肉の照り焼き<br>里芋のからあげ<br>ブロッコリーサラダ<br>クラムチャウダー<br>梅かつおおにぎり<br>お茶    | <b>17 弁当の日</b><br>大豆とごまのせんべい<br>お茶<br> 黄色のおいもグラタン<br>お茶 |
| <b>20</b><br>りんご<br>パスチャライズ牛乳<br>ごはん<br>松風焼き<br>春雨の酢の物<br>かぼちゃの煮物<br>かに汁<br>カルシウムたっぷりかりんとう<br>パスチャライズ牛乳                         | <b>21</b><br>粉ふき芋<br>牛乳<br>雑穀ごはん<br>厚揚げの肉みそチーズ焼き<br>大根の即席漬け<br>小松菜とじゃこの炒め物<br>白菜のみそ汁<br>ヨーグルトスコーン<br>牛乳           | <b>22</b><br>高野豆腐のしっとりラスク風<br>牛乳<br>カうどん<br>ふろふき大根<br>キャベツとえきの磯香和え<br>りんご<br>じゃこおにぎり<br>牛乳             | <b>23</b><br>煮昆布<br>牛乳<br>ごはん<br>魚のかぶら蒸し<br>あらめの炒め煮<br>小松菜のおかか和え<br>どさんこ汁<br>炒り玄米おにぎり<br>牛乳             | <b>24</b><br>クッキー<br>お茶<br>ごはん<br>ちゃんこ鍋<br>ブロッコリーのごま和え<br>いよかん<br>里芋ごはん<br>牛乳  |
| <b>27</b><br>きな粉マカロニ<br>パスチャライズ牛乳<br>ごはん<br>豚肉のみそだれ炒め<br>春菊の白和え<br>さつま芋のごまがらめ<br>わかめのすまし汁<br>焼きビーフン<br>パスチャライズ牛乳                | <b>28 クッキング (うさぎ・ぱんだ・きりん組)</b><br>かぼちゃとさつま芋のおやき<br>お茶<br>ごはん<br>おでん<br>納豆和え<br>いよかん<br>クッキー<br>牛乳                 | <b>29 誕生会</b><br>チーズ<br>お茶<br>ガバオライス風<br>和風スパゲッティ<br>根菜のからあげ<br>ピクルス<br>野菜スープ<br>ぽんかん<br>アップルケーキ<br>お茶 | <b>30</b><br>麩の青のリスナック<br>牛乳<br>ごはん<br>魚のパプリカソース<br>焼きブロッコリー<br>里芋のごまみそかけ<br>しじみのすまし汁<br>切干大根おにぎり<br>牛乳 | <b>31</b><br>黒ごませんべい<br>牛乳<br>ごはん<br>魚の竜田揚げ<br>おからの炒り煮<br>ほうれん草ののり和え<br>大根のみそ汁<br>あさりしぐれおにぎり<br>牛乳   |

## クリスマス会でバイキングをしました♪

12月20日のクリスマス会は、りす組以上が遊戲室で会食をし、クリスマスの楽しい雰囲気の中、給食を食べました。赤・黄・緑の食べ物の働きごとにおかずを置いて、どの色からもバランス良く取って食べることを伝えました。うさぎ組がおかずを取る時には、きりん組が手伝って一緒に取ってあげる姿もありましたよ。さすが年長さんですね！たくさん並んだおかずを前に、みんなが「どれにしようかな？」と目を輝かせていました。

また、おやつのお楽しみクッキーは、クラスごとにツリーや大きなリースの形のクッキーを作りました。お昼寝から起きてすぐに調理室の配膳台を覗き、「見て見て！かわいいよ」「リボンがついてる！」などと、クラスの友だちに知らせていましたよ。リースの他にも色々な形のクッキーを作ったので、自分の好きな形のクッキーを選び、うれしそうに食べている子どもたちでした。



お肉おいしかったー！

どれにしようかな？



星のクッキーにしよう！



## 七草がゆ

～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～

1月7日に食べる七草がゆ。その年の無病息災を祈る意味があります。春の七草には、胃腸の調子を整え、消化促進、風邪予防といった効果があります。保育所では、7日のおやつでいただきます。



クリスマス会  
の日に食べ  
たお楽しみ  
クッキーです  
♪

