



# 給食だより

2023年1月号  
川口西こども園

あけましておめでとうございます、おせち料理には、一品一品に願いや意味が込められています。そのことを子どもたちに話しながら、我が家の「おせち料理」を伝えてあげて下さいね。



## おせち料理の由来

- 『かずのこ』 ニシンの子で、卵の数が多いことから子孫繁栄を願います。
- 『田づくり』 昔、田畑の肥料に使われていたことから、豊作を願う意味が込められています。
- 『黒豆』 まめに働き、健康に暮らせることの願いがこめられています。
- 『えび』 腰が曲がるまで長生きするように願います。
- 『伊達巻』 巻物の形に似ていることから、知識や教養がつくことを願います。
- 『昆布』 “喜ぶ”という語呂合わせ、“ひろめ”と言われていたことから、喜びをひろめるという意味です。
- 『れんこん』 穴が開いていることから、“先の見通しが開ける”といわれます。

## 今月の給食から

### れんこんと白菜の松風焼き

- 材料(4人分)
- れんこん……60g
  - にんじん…24g
  - 白菜…60g
  - 鶏ひき肉…120g
  - 卵…24g
  - パン粉…12g
  - 白みそ…12g
  - 塩…0.4g
  - しょうゆ…4g
  - 白ごま…4g

#### 作り方

- れんこん・にんじんはみじん切りにする。白菜はせん切りにして茹で、水気を絞っておく。
- ①と鶏ひき肉に白みそを加えて混ぜ、塩・しょうゆ・卵・パン粉も加えて練り混ぜる(少しねかせる)。
- 天板にクッキングシートを敷き、②を入れ中心を少しへこませるようにして表面をならす。  
白ごまをふって、180℃で約25分焼く。



## 1月のおやつ予定表

おやつには牛乳が付きまます。◎は手作りおやつです。

日	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)	日	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)
1	日			16	月	◎蒸しパン	◎マドレーヌ
2	月			17	火	◎マカロニきなこ	フレンチトースト
3	火			18	水	◎チーズカナッペ	◎かっぱ えびせん
4	水	アンパンマン ソフトせん	サラダせん	19	木	食べっこどうぶつ	◎クッキー
5	木	動物ヨーチ	◎小倉蒸しパン	20	金	◎レモンラスク	◎ココアゼリー
6	金	◎ジャムパイ	◎七草がゆ	21	土	きなこもちせん	ビスコ
7	土	ウエハース	星たべよ	22	日		
8	日			23	月	ビスケット	◎変わりくずもち
9	月		瀬戸しお	24	火	◎お麩のラスク	◎わかめおにぎり
10	火	◎さつまいも きなこ	◎もちもちパン	25	水	◎セサミトースト	◎お楽しみ お菓子
11	水	シガーフライ	◎グレープゼリー	26	木	◎さつまいもの バター焼き	◎マーブル ケーキ
12	木	◎バナナの ヨーグルト和え	◎ラスク	27	金	◎シュガーパイ	◎カルピス寒天
13	金	ベジたべる	おにぎりせんべい	28	土	ミニサラダ	雪の宿
14	土	ホームパイ	しょうゆせん	29	日		
15	日			30	月	乳ポーロ	◎豆腐ドーナツ
				31	火	◎あられ麩	◎みたらしポテト

## 今月のおやつから

### マドレーヌ

- 材料(4人分)
- 薄力粉…40g
  - 砂糖………40g
  - 卵…40g
  - バター…40g

#### 作り方

- 薄力粉はふるっておく。
- バターを溶かし砂糖を加え、卵を少しずつ混ぜ合わせる。
- ②に①加えて混ぜる。
- アルミケースに流し入れ、170℃のオーブンで12分焼く。

※今月の展示食、1歳児の量を展示しています。参考にしてみてくださいね。



# もみじ組(0歳児)・給食献立表 1月



川口西こども園

		午前おやつ	給食		午後おやつ
			離乳食	幼児食	
1	日				
2	月				
3	火				
4	水	アンパンマンソフトせん(ベビー菓子)	混ぜご飯 豚汁	炊き込みご飯 豚汁 みかん	サラダせん(ベビー菓子)
5	木	動物ヨーチ(ベビー菓子)	卵とじ 粉ふきいも	卵の山焼き キャベツの即席漬け 粉ふきいも バナナ	小倉蒸しパン
6	金	ジャムパイ(ベビー菓子)	ひき肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮	れんこんと白菜の松風焼き さつまいもの甘煮 きんとん風 大根の酢の物 みかん	七草がゆ
7	土	ウエハース	じゃがいものいそ煮 ほうれん草の和え物	大豆のいそ煮 ほうれん草のごま和え バナナ	星たべよ(ベビー菓子)
8	日				
9	月				
10	火	きなこ入り豆乳蒸しパン	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草の浸し	鶏肉のいなか煮 ほうれん草のごま和え りんご	もちもちパン(カップケーキ)
11	水	シガーフライ(ベビー菓子)	あんかけうどん スティックポテト	カレーうどん かえりのふりかけ バナナ	グレープゼリー
12	木	バナナのヨーグルト和え	牛丼風 大根ときゅうりの和え物	ハッシュ・ド・ビーフ 大根ときゅうりの和風サラダ みかん	ラスク(シュガーパン)
13	金	1歳からのサッポロポテト(ベビー菓子)			
14	土	ホームパイ(ベビー菓子)	煮込み豆腐 ほうれん草の浸し	炒め豆腐 ほうれん草の浸し バナナ	しょうゆせん(ベビー菓子)
15	日				
16	月	蒸しパン	焼と野菜の煮物 茹ブロッコリー	焼魚 野菜の煮付 茹ブロッコリー	マドレーヌ
17	火	チーズカナッペ(ベビー菓子)	レバーの煮物 にんじんの甘煮	牛レバーの竜田揚げ キャベツのレモン酢和え にんじんの甘煮 みかん	フレンチトースト

		午前おやつ	給食		午後おやつ
			離乳食	幼児食	
18	水	チーズカナッペ(ベビー菓子)	魚のコーンソースかけ かぼちゃの甘煮	魚のコーンソースかけ ベーコンとチンゲン菜の炒め物 かぼちゃの甘煮 りんご	1歳からのかっぱえびせん(ベビー菓子)
19	木	たべっこ動物(ベビー菓子)	マカロニのコンソメ煮 おさつスティック	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ フライドおさつ 柑橘類	クッキー
20	金	レモンラスク(シュガーパン)	魚と野菜の煮物 茹キャベツ	魚のチーズ焼き じゃがいものきんぴら 茹キャベツ バナナ	ココアゼリー
21	土	きなこもちせん(ベビー菓子)	煮込みうどん スティックポテト	焼きそば フライドポテト みかん	ビスコ(ベビー菓子)
22	日				
23	月	ビスケット	鶏ミンチと野菜の煮物 粉ふきいも	野菜入りチキンナゲット チーズポテト はくさいとほうれん草の ごまあえ バナナ	変わりくずもち(ベビー菓子)
24	火	お麩のラスク(ベビー菓子)	肉団子スープ キャベツの和え物	肉団子スープ ジャコサラダ みかん	わかめおにぎり
25	水	セサミトースト(シュガーパン)	鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮	鶏肉のカレー焼き 中華風サラダ さつまいもの甘煮 りんご	お楽しみお菓子(ベビー菓子)
26	木	さつまいものバター焼き	魚と野菜のみそ煮 小松菜の浸し	魚の味噌焼き 大根と厚揚げの煮物 ほうれん草の浸し バナナ	マーブルケーキ
27	金	シュガーパイ(ベビー菓子)	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーの浸し	鶏肉の照り焼き ほっこり白和え 茹ブロッコリー みかん	カルピス寒天
28	土	ミニサラダ(ベビー菓子)	豆腐の含め煮 白菜の浸し	焼き豆腐の含め煮 白菜の浸し バナナ	雪の宿(ベビー菓子)
29	日				
30	月	乳ポーロ	魚と野菜の煮物 ブロッコリー	魚のさざれ焼 和風サラダ 茹ブロッコリー 柑橘類	豆腐ドーナツ
31	火	あられ麩	けんちん汁風 納豆	けんちん汁風 納豆の磯和え りんご	みたらしポテト

乳児期は、身体や口腔機能の発育・発達において、個人差の多い時期です。園では、一人ひとりの食べる様子を見ながら、個々にあった調理形態で進めていきます。

また、園では、基本的にご家庭で食べたことのある食材を提供します。ご家庭で食べられた食材は、その都度お知らせください。

\* 月齢や個人の発達に合わせて、味付け・調理法(食品の固さ・大きさ)に配慮する為、献立が上記と変更になる場合があります。

\* ( ) は、離乳食のおやつになります。ベビー菓子は、市販の物を種類を変えて出します。