

# 1月 給食だより

2022年1月4日 済生会なでしこ園 

月	火	水	木	金	土
 <p>あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願いします。まだまだ寒さが厳しい時期ですので、体調管理には気を付けていきましょう。 今年も給食が楽しい時間となりますよう努めてまいります。 1月7日は無病を祈って7種類の野菜を食べます。当園では七草がゆではなく七草汁を提供します。</p>					1 <b>元旦</b>
3	4	5	6	7	8
<b>冬休み</b>	チキンカレー  コーンのバター炒め  ヨーグルト 鶏肉、人参、じゃがいも、玉ねぎ、牛乳 /コン/ヨーグルト	肉豆腐  春雨サラダ  わかめの味噌汁 絹ごし豆腐、牛ひき肉、玉ねぎ、人参、 チンゲン菜/春雨、きゅうり、人参、ハム/ わかめ、玉ねぎ	鶏肉じゃが  変わりシュウマイ(付ミニトマト)  さつまいもの味噌汁 鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、 いんげん/豚ミンチ、ミニトマト/さつまいも	焼き魚(付ミニトマト)  ひじきサラダ  七草汁、牛乳 カレイ、ミニトマト/ひじき、きゅうり、人参、カ ニカマ/七草/牛乳	<b>お休み</b>
10	11	12	13	14	15
<b>成人の日</b>	ハヤシライス  マカロニサラダ  プリン  牛肉、玉ねぎ、人参、ハヤシル、牛乳/マ カロニ、きゅうり、人参/プリン	魚のチーズ焼き(付ミニトマト)  切干大根の含め煮  玉ねぎの味噌汁、ぜんざい  カレイ、ミニトマト/切干大根、人参、油揚 げ、いんげん/玉ねぎ/小豆、白玉粉、 サンドイッチパン	手羽元揚げ(付ブロッコリ)  ミックスベジタブル  コンソメスープ、ぶどうゼリー  手羽元、ブロッコリ/ミックスベジタブル/チン ゲン菜、玉ねぎ/ぶどうジュース	パン(白米)  クリームシチュー  ほうれん草の胡麻和え、バナナ  パン/鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも、 シチュール、牛乳/ほうれん草、人参/パ ナナ	ミートソーススパゲティ  じゃがいもの味噌汁 黄桃缶 スパ麺、牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、 ピーマン、人参/じゃがいも/黄桃缶
17	18	19	20	21	22
魚のソース煮(付人参) じゃこ和え コンソメスープ カレイ、人参/ほうれん草、キャベツ、人 参、しらす干し/じゃがいも、玉ねぎ	焼き肉  ウィナーのサラダ  豆腐の味噌汁、プチゼリー 牛肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン/ウ インナー、きゅうり、コン缶/豆腐/プチゼリー	魚の照り焼き(付ミニトマト)  ツナときゅうりのサラダ  タイピーエン  カレイ、ミニトマト/ツナ、きゅうり、人参/春 雨、玉ねぎ、白菜、かまぼこ	<b>お弁当の日</b>	豚丼  納豆和え 白菜のスープ、牛乳 豚肉、玉ねぎ/納豆、ほうれん草、キャ ベツ、人参/白菜/牛乳	<b>お休み</b>
24	25	26	27	28	29
炊き込みご飯、魚のフライ キャベツと玉ねぎのソテー えのきの味噌汁、ミニトマト 炊き込みご飯の素/カレイ、ミニトマト/キャ ベツ、玉ねぎ/えのき	しょうゆラーメン  餃子(付人参グラッセ)  りんご  麺、なると、焼き豚/餃子、人参/りんご	ロールパン  魚のマヨネーズ焼き(付ブロッコリ)  ひじき炒め煮、キャベツスープ  ロールパン/カレイ、ブロッコリ/ひじき、ちく わ、油揚げ、人参、いんげん/キャベツ	親子丼  ほうれん草磯和え  カレースープ、みかん缶 鶏肉、玉ねぎ、人参/ほうれん草、人 参、刻み海苔/人参、玉ねぎ/みかん缶	具だくさんオープン焼き(付ミニトマト)  もやしのナムル  春雨スープ、牛乳  ツナ缶、玉ねぎ、人参、干し椎茸、いん げん、ミニトマト/もやし、人参、きゅうり/春 雨、チンゲン菜、玉ねぎ/牛乳	焼きうどん  わかめスープ  バナナ  焼きうどん麺、キャベツ、ウィンナー、人参、 ちくわ、かまぼこ、玉ねぎ/わかめ、玉ね ぎ/バナナ
31	<p style="text-align: center;"><b>おせち料理って？</b></p> <p>★1月11日は鏡開きの日です。当園では1月12日にぜんざいを提供します。</p> <p>※献立や食材は、仕入れなどの状況により変更となる場合があります。</p> <p>※卵、乳、小麦粉を使用した献立には    を表示しています。</p> <p>おせち料理は今ではお正月に食べるごちそうになっ                      っていますが、本来は家族そろって一年を元気に過ご                      せたことを祝い、神様にお供えをする料理のことで                      した。一品一品に願いや意味が込められています。</p> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p style="color: red; font-weight: bold;">黒豆・・・まめ(健康)に暮らせるように</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">昆布・・・毎日の健康を喜ぶ</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">数の子・・・子孫繁栄</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">田作り・・・豊年豊作祈願</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">れんこん・・・先の見通しが利くように</p> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>				