



# 1月の予定献立表



御幸保育園 離乳児

日	曜日	AMおやつ	昼食	3:00おやつ
1	木		年始休み	
2	金		年始休み	
3	土		年始休み	
5	月	ヨーグルト	おかゆ 肉じゃが 野菜煮 フルーツ みそ汁	マカロニ煮
6	火	バナナ	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 根菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁	ヨーグルト
7	水	ハイハイ	おかゆ 煮魚 煮びたし かぼちゃ煮 みそ汁	おじや
8	木	ビスケット	おかゆ 野菜のそぼろあんかけ 野菜煮 マッシュポテト みそ汁	ふかしもち
9	金	ヨーグルト	おかゆ 豆腐と野菜の炊き合わせ 野菜煮 マッシュポテト みそ汁	食パン
10	土	おまかせ	煮込みうどん 煮びたし フルーツ	お菓子
12	月		成人の日	
13	火	食パン	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 根菜煮 フルーツ みそ汁	マッシュポテト
14	水	ヨーグルト	おかゆ 魚と野菜の炊き合わせ 煮びたし すりおろしきゅうり みそ汁	ふかしもち
15	木	ビスケット	おかゆ ひき肉煮 野菜煮 フルーツ みそ汁	にゅうめん
16	金	バナナ	おかゆ 煮魚 根菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	食パン
17	土	おまかせ	煮込みうどん 煮びたし フルーツ	お菓子
19	月	ビスケット	おかゆ 野菜のそぼろ煮 野菜煮 マッシュポテト みそ汁	食パン
20	火	バナナ	おかゆ 豆腐と野菜の炊き合わせ 根菜煮 さつまいも煮 みそ汁	ヨーグルト
21	水	ヨーグルト	おかゆ 煮魚 煮びたし フルーツ みそ汁	おじや
22	木	ビスケット	おかゆ ひき肉煮 野菜煮 すりおろしきゅうり みそ汁	食パン
23	金	ハイハイ	おかゆ 魚の野菜あんかけ 根菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁	にゅうめん
24	土	おまかせ	煮込みうどん 煮びたし フルーツ	お菓子
26	月	ヨーグルト	おかゆ 煮魚 野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	食パン
27	火	ハイハイ	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 根菜煮 フルーツ みそ汁	ふかしもち
28	水	食パン	♪誕生会♪おかゆ ひき肉煮 煮びたし フルーツ みそ汁	ヨーグルト
29	木	ビスケット	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 野菜煮 フルーツ みそ汁	マッシュポテト
30	金	食パン	おかゆ 魚と野菜の炊き合わせ 根菜煮 マッシュポテト みそ汁	おじや
31	土	おまかせ	煮込みうどん 煮びたし フルーツ	お菓子

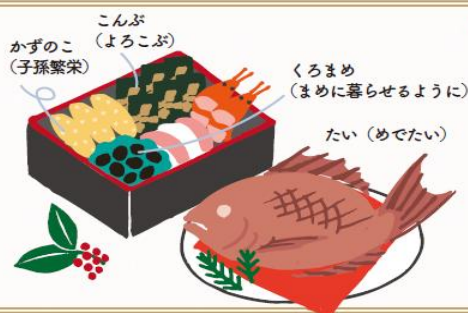
令和8年



あけましておめでとうございます

新年を迎えて、子どもたちがひとまわり大きくなった感じがします。今月は、日本の伝統行事が盛り沢山です。日本の伝統文化がうすれていくなか、子どものころから伝統文化に触れることにより料理の言われや意味を理解し、楽しみながら伝統料理を食べ、郷土の特色を伝えることができたと思います。みんなのうちでは、どんなおせち料理かな？

## 正月の行事食



## おせち料理

色とりどりのおせち料理は、見ているだけで気持ちが華やきます。見た目の美しさだけではなく、かずの子は「子孫繁栄」、たいは「めでたい」、こんぶは「よろこぶ」、黒豆は「まめに暮らせるように」など、それぞれの食材が持つ意味も伝えてみましょう。意味を知ること、子どもたちがよりおせち料理を身近に感じると思います。今年一年の幸せを願って、ご家族で一緒においしく味わえるといいですね。



## 郷土料理を味わいましょう

お正月に食べる料理といえば、お雑煮がありますが、地方ごとにお雑煮に入る食材が異なることを知っていますか？

東京

四角いおもちに、鶏肉や野菜を合わせて。



京都

白味噌で味つけ、おもちは丸。



新潟

イクラやさけ、しいたけなど具たくさん。

