

1月の行事



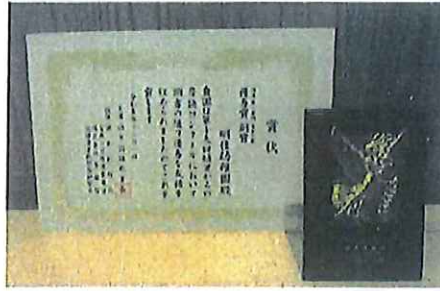
日	曜日	行事
1	月	元旦
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	成人の日
9	火	始業式
10	水	給食開始・鏡開き
11	木	内科検診(梅・桃・ちゅうりっぷ・百合)
12	金	内科検診(年長)
13	土	
14	日	
15	月	集合写真・個人写真(年長) 修了写真(桃・梅)・内科検診(年中) 身体測定(年少)
16	火	内科検診(向日葵・土筆) 身体測定(年長)
17	水	図書の日開始・身体測定(年中)
18	木	修了写真(年少)・身体測定(梅・桃)
19	金	修了写真(年中)・誕生日会
20	土	
21	日	
22	月	航空写真
23	火	
24	水	避難訓練(火災)
25	木	
26	金	音楽会(梅桃・年中・ちゅうりっぷ組)
27	土	
28	日	
29	月	音楽会(百合・向日葵・土筆・年長)
30	火	
31	水	

2月の予定

- 2日(金) 豆まき
- 5日(月) たき火
- 13日(火)～16日(金) 保育参観
- 26日(月) 交通安全指導(長のみ)
- 28日(水) お別れ遠足(長のみ)

第19回音読コンクールについて

年長組が、幼年国語教育会主催第19回音読コンクールの団体の部に応募した結果、優秀賞の銅賞を受賞しました。



写真撮影について



年長組は1月15日(月)に、個人写真、集合写真を撮影します。

梅・桃組は1月15日(月)に、修了写真を撮影します。

年少組は1月18日(木)に、年中組は1月19日(金)に修了写真を撮影します。

身だしなみ(ジャケット・ネクタイ・白のハイソックス・名札)にご留意ください。梅・桃組は普段の服装で撮影します。

服装について



手袋、マフラー等の着用、使い捨てカイロの使用は危険防止の為、ご遠慮ください。(バス停までの使用は構いません。)体操ズボンの下の防寒着は、着替えがしやすいよう長ズボンではなく、レギンスやタイツのようなものを着用して頂きますようご協力ください。

また、体操服の半袖部分から長袖の肌着が出ている場合、上から遊び着またはトレーナーを着用することを指導しておりますことをご理解ください。

図書の日について



3学期の図書の日は1月17日(水)から行います。返却日は、翌週の木曜日となります。

音楽会について



26日(金)29日(月)に音楽会を予定しております。日程は以下の通りです。

- 26日(金)
 - ・梅・桃組、ちゅうりっぷ組、蒲公英組、桜組、薔薇組
- 29日(月)
 - ・百合組、向日葵組、土筆組、紫陽花組、菫組、もみじ組

音楽会は保育の一環として保育時間内に行い、1クラス10分程度の発表となります。詳細は、別紙をご覧ください。

2月 預かり用紙

配布日1/15(月)、締切り日1/25(木)

1月の献立

日	曜日	献立名	おやつ	主な食材の働き		
				赤:体を作る	黄:エネルギーになる	緑:体の調子を整える
1	月	休み				
2	火					
3	水					
4	木	鮭スパゲティー コンソメスープ	若布ご飯	鮭フレーク 海苔 炊込み若布	スパゲティー 米	玉葱 人参
5	金	ツナコーンピラフ 切干大根の煮物 牛乳	ちんすこう &カルピス	ツナ しらす 牛乳	米 小麦粉	コーン 切干大根 人参 干し椎茸 カルピス
6	土	カレー炒飯 春雨スープ	あられ &プリン	牛肉 プリン	米 カレー粉 春雨 あられ	人参 玉葱 コーン
7	日					
8	月	成人の日				
9	火	鶏そぼろ丼 牛乳 南瓜のいとこ煮	マカロニきな粉	鶏挽肉 牛乳 小豆 きな粉	米 マカロニ	南瓜
10	水	炊込みご飯 おかき トマトと卵の中華スープ	大学芋	鶏肉 卵	米 おかき 胡麻油 黒胡麻 薩摩芋	トマト あさつき 人参 干し椎茸
11	木	ご飯 鯖のゆかり焼 じゃが芋金平 牛乳	チーズトースト	鯖 牛乳 チーズ	米 じゃが芋 食パン	ゆかり 人参 牛蒡
12	金	バターロールパン 冬野菜シチュー 林檎	味噌蒸しパン	豚肉 牛乳 豆乳	ロールパン HM シチュールウ	ブロッコリー 人参 玉葱 蕪 林檎
13	土	豚丼 ピーマンのツナ和え	かりんとう &蜜柑	豚肉 ツナ	米 すり胡麻 かりんとう	人参 ピーマン 玉葱 蜜柑
14	日					
15	月	ご飯 ササミの胡麻焼 ブロッコリーサラダ 牛乳	ベイクドじゃが	ササミ 牛乳 青海苔	米 すり胡麻 マヨ じゃが芋	生姜 コーン ブロッコリー
16	火	ご飯 ポークチャップ 厚揚げと白菜の味噌汁	竹輪蒸しパン	豚肉 厚揚げ チーズ 竹輪	米 HM	玉葱 ピーマン 白菜 ケチャップ
17	水	チキンカレーライス 切干大根サラダ	カルピス フルーツポンチ	鶏肉 ツナ	米 じゃが芋 カレールウ 胡麻ドレ	人参 玉葱 切干大根 胡瓜 カルピス バナナ 蜜柑缶
18	木	焼きそばパン 葡萄ゼリー 牛乳	桜海老ご飯	牛肉 牛乳 ウインナー 桜海老	ドックパン 米 焼きそば麺 ゼリー	キャベツ 人参
19	金	ご飯 鱈大根 マカロニサラダ	トマトパンケーキ	鱈	米 マカロニ マヨ HM	大根 生姜 人参 胡瓜 トマトジュース
20	土	チキンライス 法蓮草のおかか和え	煎餅 &棒チーズ	鶏挽肉 棒チーズ 鰹節	米 バター 煎餅	玉葱 もやし 法蓮草
21	日					
22	月	菜飯 ササミの西京焼 高野豆腐と里芋の煮物	苺ジャムサンド	ササミ 高野豆腐	米 里芋 食パン 苺ジャム	菜飯の素 人参 干し椎茸
23	火	ご飯 鮭のカレームニエル もやしの海苔和え 牛乳	薩摩芋の きな粉絡め	鮭 牛乳 海苔 きな粉	米 カレー粉 小麦粉 薩摩芋	もやし 白菜 人参
24	水	イタリアンスパゲティー 若布とコーンのスープ	みたらし五平餅	豚肉 しらす 若布	スパゲティー 米	玉葱 人参 ピーマン コーン
25	木	ご飯 棒チーズ じゃが芋のそぼろ餡掛け	南瓜蒸しパン	鶏挽肉 棒チーズ	米 じゃが芋 小麦粉	人参 隠元 南瓜
26	金	麻婆丼 牛乳 キャベツのゆかり和え	焼き林檎ケーキ	豚挽肉 豆腐 牛乳 豆乳	米 米粉	玉葱 生姜 人参 キャベツ ゆかり 林檎
27	土	ホットドッグ 茸スープ	ゼリー &バナナ	ウインナー	ドッグパン ゼリー	キャベツ 玉葱 えのき しめじ バナナ
28	日					
29	月	ちらし寿司 澄まし汁	かりんとう風 トースト	鶏肉 卵 蒲鉾 麩	米 食パン バター 黒糖	人参 しめじ 胡瓜
30	火	ご飯 鯖の味噌煮 春雨サラダ	豆腐ココア パンケーキ	鯖 ハム 豆乳 豆腐	米 春雨 マヨ ココア 小麦粉	生姜 キャベツ 人参
31	水	餡掛けうどん 牛乳 オレンジ	鮭とコーンの 混ぜご飯	豚肉 牛乳 鮭フレーク	うどん 米	白菜 人参 あさつき 干し椎茸 コーン オレンジ

※食材名の「HM」は、ホットケーキミックス 「マヨ」は、マヨネーズの事です。

1月の献立 桃組

日	曜日	献立名	おやつ	主な食材の働き		
				赤:体を作る	黄:エネルギーになる	緑:体の調子を整える
1	月	休み				
2	火					
3	水					
4	木	鮭スパゲティー コンソメスープ	若布ご飯	鮭フレーク 海苔 炊込み若布	スパゲティー 米	玉葱 人参
5	金	ツナコーンピラフ 切干大根の煮物 牛乳	ちんすこう &カルピス	ツナ しらす 牛乳	米 小麦粉	コーン 切干大根 人参 干し椎茸 カルピス
6	土	カレー炒飯 春雨スープ	あられ &プリン	牛肉 プリン	米 カレー粉 春雨 あられ	人参 玉葱 コーン
7	日					
8	月	成人の日				
9	火	鶏そぼろ丼 牛乳 南瓜のいとこ煮	マカロニきな粉	鶏挽肉 牛乳 小豆 きな粉	米 マカロニ	南瓜
10	水	炊込みご飯 おかき トマトと卵の中華スープ	大学芋	鶏肉 卵	米 おかき 胡麻油 黒胡麻 薩摩芋	トマト あさつき 人参 干し椎茸
11	木	ご飯 鯖のゆかり焼 じゃが芋金平 牛乳	チーズトースト	鯖 牛乳 チーズ	米 じゃが芋 食パン	ゆかり 人参 牛蒡
12	金	バターロールパン 冬野菜シチュー 林檎	味噌蒸しパン	豚肉 牛乳 豆乳	ロールパン HM シチュールウ	ブロッコリー 人参 玉葱 蕪 林檎
13	土	豚丼 ピーマンのツナ和え	かりんとう &蜜柑	豚肉 ツナ	米 すり胡麻 かりんとう	人参 ピーマン 玉葱 蜜柑
14	日					
15	月	ご飯 ササミの胡麻焼 ブロッコリーサラダ 牛乳	ベイクドじゃが	ササミ 牛乳 青海苔	米 すり胡麻 マヨ じゃが芋	生姜 コーン ブロッコリー
16	火	ご飯 ポークチャップ 厚揚げと白菜の味噌汁	竹輪蒸しパン	豚肉 厚揚げ チーズ 竹輪	米 HM	玉葱 ピーマン 白菜 ケチャップ
17	水	チキンカレーライス 切干大根サラダ	カルピス フルーツポンチ	鶏肉 ツナ	米 じゃが芋 カレールウ 胡麻ドレ	人参 玉葱 切干大根 胡瓜 カルピス バナナ 蜜柑缶
18	木	焼きそばパン ゼリー 牛乳	桜海老ご飯	牛肉 牛乳 ウインナー 桜海老	ドックパン 米 焼きそば麺 ゼリー	キャベツ 人参
19	金	ご飯 鯛大根 マカロニサラダ	トマトパンケーキ	鯛	米 マカロニ マヨ HM	大根 生姜 人参 胡瓜 トマトジュース
20	土	チキンライス 法蓮草のおかか和え	煎餅 &棒チーズ	鶏挽肉 棒チーズ 鯉節	米 バター 煎餅	玉葱 もやし 法蓮草
21	日					
22	月	菜飯 ササミの西京焼 高野豆腐と里芋の煮物	苺ジャムサンド	ササミ 高野豆腐	米 里芋 食パン 苺ジャム	菜飯の素 人参 干し椎茸
23	火	ご飯 鮭のカレームニエル もやしの海苔和え 牛乳	薩摩芋の きな粉絡め	鮭 牛乳 海苔 きな粉	米 カレー粉 小麦粉 薩摩芋	もやし 白菜 人参
24	水	イタリアンスパゲティー 若布とコーンのスープ	みたらし五平餅	豚肉 しらす 若布	スパゲティー 米	玉葱 人参 ピーマン コーン
25	木	ご飯 棒チーズ じゃが芋のそぼろ餡掛け	南瓜蒸しパン	鶏挽肉 棒チーズ	米 じゃが芋 小麦粉	人参 隠元 南瓜
26	金	麻婆丼 牛乳 キャベツのゆかり和え	焼き林檎ケーキ	豚挽肉 豆腐 牛乳 豆乳	米 米粉	玉葱 生姜 人参 キャベツ ゆかり 林檎
27	土	ホットドッグ 茸スープ	ゼリー &バナナ	ウインナー	ドッグパン ゼリー	キャベツ 玉葱 えのき しめじ バナナ
28	日					
29	月	ちらし寿司 澄まし汁	かりんとう風 トースト	鶏肉 卵 蒲鉾 麩	米 食パン バター 黒糖	人参 しめじ 胡瓜
30	火	ご飯 鯖の味噌煮 春雨サラダ	豆腐ココア パンケーキ	鯖 ハム 豆乳 豆腐	米 春雨 マヨ ココア 小麦粉	生姜 キャベツ 人参
31	水	餡掛けうどん 牛乳 オレンジ	鮭とコーンの 混ぜご飯	豚肉 牛乳 鮭フレーク	うどん 米	白菜 人参 あさつき 干し椎茸 コーン オレンジ

※食材名の「HM」は、ホットケーキミックス 「マヨ」は、マヨネーズの事です。



雑煮とは・・・餅の入った汁物料理。正月に多く食べられる。

雑煮は、地域によって様々な種類があります。

- 餅 → 角餅・丸餅・小豆入り餅
→ 煮る・焼く
- 汁 → (味) 醤油・白味噌・小豆(ぜんざいの様な物)
→ (だし) 和風だし・鶏ガラだし
- 具 → 根菜・青菜・鶏肉・魚・茸

愛知県は、角餅と青菜に醤油味の澄まし汁と、とてもシンプルです。

餅が余っていたら、色々な地域の雑煮を作ってみても楽しいですね。



1月7日は人日(じんじつ)の節句です。

七草粥を食べ、無病息災を願う日



春の七草

《ゴギョウ》

別称：母子草
咳やのどの炎症をやわらげる

《スズナ》

別称：蕪
消化を促進し、腸内環境を改善する
葉の部分を使う

《セリ》

解熱作用があり、貧血予防にも良い

《ホトケノザ》

食欲増進効果がある

《ナズナ》

別称：ペンペン草
整腸作用があり、目にも良い

《スズシロ》

別称：大根
消化促進効果があり、
胃もたれや胸やけに良い
葉の部分を使う

《ハコベラ》

整腸作用があり、
虫菌にも効く

今月のレシピ 「ちんすこう」

材料(10個分)

- ・小麦粉 100g
- ・砂糖 30g
- ・サラダ油 30g

作り方

1. 全ての材料を混ぜ合わせ、クッキングシートに1cmの厚みの長方形にする。
2. 180℃のオーブンで10分焼き、温かいうちに10等分し冷ます。



「ちんすこう」とは・・・琉球王朝時代から沖縄県で作られている琉球菓子。漢字では、珍楚糕と書きます。「珍(ちん)」= 珍しい「楚糕(すこう)」= お菓子、という意味です。