

1月ぱくぱくだより あおばこども園

2025（令和7）年給食だより

今年も残りわずかとなりました。

年末は、お正月の買い物をしたり、大掃除をしたりと大忙しですね。みんなで協力して新しい年を気持ちよく迎えましょう。

長いお休みとなります。生活リズムが崩れてしまわないように、夜更かしをせず早く寝て、3食食事をしっかり摂り、元気に過ごして下さいね。



お正月に食べる「おせち料理」には
こんな思いが込められているよ！

家族の健康や発展、
安全に過ごせるように…

れんこん
将来を見通
せるように

田作り
豊作

数の子
子宝に恵まれ
ますように…

昆布巻き
喜ぶ

黒豆
まめまめ
しく生活で
きるように

えび
腰が曲がるま
で、長生きを

献立の紹介
れんこんと白菜の松風焼き

伊達巻
巻物の書物に見
立てて知識の発展
を願います

かまぼこ
おめでたい
日の出を表す

材 料	分量（4人分）
れんこん	60 g
人参	24 g
白菜	60 g
鶏ミンチ	120 g
卵	24 g
パン粉	18 g
白みそ	18 g
塩	0.4 g
しょうゆ	4 g
白ごま	4 g

＊ 作 り 方 ＊

- れんこん・人参はみじん切りにし、白菜はせん切りにして茹でて絞る。
- ①と鶏ミンチ・卵・パン粉・白みそ・塩・しょうゆを混ぜ合わせる。
- 天板にクッキングシートをひき、②を2～2.5cmの厚さくらいに平らにのばし、上から白ごまをふる。
- 200℃のオーブンで20～25分焼く。

日	曜	午前おやつ	給食	午後おやつ
6	月	ビスケット	高野豆腐の卵とじ、大根の酢の物、オレンジ	シュガーパイ
7	火	りんご寒	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、ほうれん草のごま和え、みかん	七草粥
8	水	洋風おこし	肉うどん、金時人参とチンゲン菜のナムル、バナナ	ホイルケーキ
9	木	レモンラスク	魚のチーズ焼き、小松菜の浸し、粉ふきいも、オレンジ	ショートブレッド クッキー
10	金	黒蒸しパン	鶏肉の照り焼き、白菜とほうれん草のごま和え、れんこんのおかか煮、バナナ	大学いも
11	土	あられ	豚汁、かえりの佃煮、オレンジ	
14	火	クラッカー ジャムサンド	肉じゃが、ブロッコリーの浸し、りんご	オレンジババロア
15	水	セサミパイ	豚肉のしょうが焼き、茹かキャベツ、コロコロサラダ、バナナ	きのこ混ぜピラフ
16	木	ふかし芋	焼魚、小松菜のソテー、ミネストローネスープ、みかん	食パンの マヨネーズ焼き
17	金	麩のラスク	野菜入りチキンナゲット、ごま酢和え、バナナ	きな粉ボール
18	土	クッキー	炒め豆腐、大根の即席漬け、オレンジ	
20	月	マカロニの あべかわ風	卵の野山焼き、ほうれん草と春雨のサラダ、かぼちゃの煮付、みかん	ココアゼリー
21	火	蒸しパン	ムニエル、れんこんのごまマヨサラダ、人参の甘煮、バナナ	じゃこ菜めし
22	水	バナナの ヨーグルト和え	のっぺい汁、納豆の磯和え、りんご	バターケーキ
23	木	あられ麩	焼きそば、茹かブロッコリー、オレンジ	セサミ& キャロットクッキー
24	金	おせんべい	◆お楽しみ献立◆わかめご飯、白身魚の磯辺揚げ揚げ、短冊サラダ、チーズポテト、バナナ	ポールドーナツ
25	土	ビスケット	豚肉のいなか煮、小松菜のごま和え、オレンジ	
27	月	オレンジ寒	煮魚、ほっこり白和え、バナナ	カレーピラフ
28	火	チーズカナッペ	豆腐と白菜の煮物、かぼちゃの甘煮、キウイ	ねぎ焼き
29	水	スティックパンチョコ	味噌おでん、茹かブロッコリー、バナナ	にんじんジャムサンド
30	木	チーズパイ	魚の味噌マヨネーズ焼、和風サラダ、人参の甘煮、オレンジ	小倉蒸しパン
31	金	シュガーラスク	肉団子スープ、焼きポテト、バナナ	ちんすこう

※3歳児未満：りんごは加熱して提供しています。