

日	曜	主 食	副 食 共 通	お や つ	
				午前(未満児)	午後(共通)
5	月	ご飯	ヤンニョムチキン ほうれん草のしらす和え もも缶 厚揚げの味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 ★マフィン
6	火	ご飯	麻婆春雨 枝豆 りんご わかめスープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★スノーボールクッキー
7	水	七草粥	豆腐入り卵焼き ブロッコリーのおかか和え バナナ さつまいもの味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 ★ラスク
8	木	わかめごはん	おでん チーズキャッチ ミニゼリー みかん	牛乳 お菓子	牛乳 ★ポップコーン
9	金	カレーライス	ビーフカレー スティックサラダ もも缶 白菜のスープ	牛乳 ★メロンパン	牛乳 肉まん
10	土	ロールパン	クリームスパゲティ チキンナゲット キウイ コンソメスープ	牛乳 ★あべかわマカロニ	牛乳 お菓子
13	火	ご飯	鶏の唐揚げ 春雨サラダ バナナ コーンスープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★野菜チップス
14	水	にんじんご飯	エビカツ れんこんのツナマヨサラダ キウイ 野菜スープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★フレンチトースト
15	木	ご飯	鮭の幽庵焼き 紅白なます みかん 豚汁	牛乳 ふかし芋	牛乳 お菓子
16	金	(誕生会) 彩り御飯 照りマヨハンバーグ ブロッコリーのごま和え いちご かぶとベーコンのスープ		牛乳 お菓子	牛乳 ★もちもちドーナツ
17	土	食パン	肉うどん 焼きししゃも キャベツとウインナーソテー りんご	牛乳 ★ホットケーキ	牛乳 お菓子
19	月	ご飯	サバの蒲焼 海藻サラダ りんご 白菜の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 ★人参パンケーキ
20	火	にんじんご飯	鮭のムニエル ごぼうサラダ キウイ かぼちゃのシチュー	牛乳 バナナ	牛乳 ★さつま芋ドーナツ
21	水	ご飯	甘辛チキン ポテトサラダ ミニトマト みかん 豆腐の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳 ★ウインナーパン
22	木	ご飯	魚の西京焼き ブロッコリーのサラダ バナナ 卵スープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★白玉ぜんざい
23	金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ ミニゼリー きのことスープ	牛乳 ★あべかわマカロニ	牛乳 丸ボーロ
24	土	ロールパン	ちゃんぽん シャウエッセン 炒り豆腐 キウイ	牛乳 ★りんごマフィン	牛乳 お菓子
26	月	ご飯	さばの味噌煮 ほうれんそうとひじきのサラダ バナナ 豆腐のスープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★さつま芋蒸しパン
27	火	カレーライス	ビーフカレー わかめうどん フルーツボンチ(防災訓練)	お菓子	乾パン
28	水	にんじんご飯	かぼちゃグラタン ブロッコリーと卵のサラダ いちご コンソメスープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★バナナクレープ
29	木	ご飯	魚のきのこあんかけ ほうれんそうのピーナッツ和え もも缶 けんちん汁	牛乳 お菓子	牛乳 ★さつまいものつき揚げ
30	金	麻婆丼	麻婆豆腐 かぼちゃのホクホク焼き ミニゼリー もやしスープ	牛乳 ★魚肉ソーセージ	牛乳 クリームまんじゅう
31	土	ご飯	チキン南蛮 納豆の中華和え みかん かぼちゃの味噌汁	牛乳 ★バナナヨーグルト	牛乳 お菓子

※都合により献立を変更する場合があります。

★印は手作りおやつです。その他のお菓子は全て無添加です。

アレルギー(卵・乳製品他)を含む場合は、完全除去または代替え給食にて対応いたします。

明けましておめでとうございます。
新しい一年も、子どもたちが健康に過ごせるように、おいしい給食を作っていきますと思います。
どうぞよろしくお願いいたします。



1月7日は一年の無病息災を願って「七草粥」を食べる風習があります。1月7日はやまだこども園の給食でも七草粥を作ります。
そして、今年度は防災の日を1月27日に行います。災害時用に備蓄している食品を使って外での炊き出しを行います。この日は牛乳ではなくて保存水を飲みます。食器も紙皿や紙コップ、プラスチックスプーンを使い、子どもたちと災害時の食事を体験しながら防災について考える1日にしようと思います。

もちもちドーナツ

〈材料〉8個分

白玉粉	100 g
ホットケーキミックス	50 g
砂糖	25 g
プレーンヨーグルト	120 g
◎アイシング	
粉砂糖	20 g
牛乳	小さじ1
はちみつ	小さじ1/2

下準備

- ・10cmくらいの正方形のクッキングシートを8枚作る
- ・◎のアイシングの材料を合わせて混ぜる



〈作り方〉

- ①白玉粉をポリ袋などに入れて、麺棒で砕き粉々にする。
- ②ボウルに1の白玉粉、ホットケーキミックス、砂糖を入れて混ぜる。ヨーグルト少しずつ入れて混ぜる。
- ③まとまったら、8等分にして丸める。クッキングシートの上にのせて、指を真ん中に刺して穴を開ける。その穴を少しずつ広げてドーナツの形を作る。
- ④160℃に熱した油の中にドーナツをクッキングシートごと入れる。1分後くらいにひっくり返して、クッキングシートを外す。上下を返しながらかんがりきつね色になるまで揚げる。熱いうちにアイシングをたっぷり塗って出来上がり☆彡