

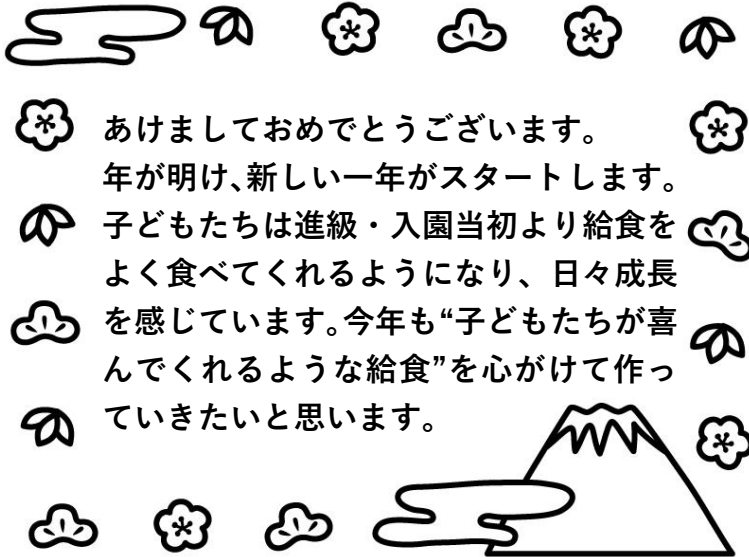


1月

給食だより



中宮まぶね保育園



あけましておめでとうございます。
 年が明け、新しい一年がスタートします。
 子どもたちは進級・入園当初より給食をよく食べてくれるようになり、日々成長を感じています。今年も“子どもたちが喜んでくれるような給食”を心がけて作っていききたいと思います。

1月行事食

<お誕生日会>

うずまきパン
 鶏肉のトマト煮
 蒸し野菜サラダ
 豆乳スープ
 (おやつ)
 りんごジュース
 ロールケーキ

<お正月>

ごはん
 松風焼き
 くりきんとん
 お雑煮
 (おやつ)
 お茶
 菜粥

1月11日の給食は**枚方市の郷土料理**

ごんぼ汁

ごんぼ汁は江戸時代、淀川を行き来する三十石船の客に「酒、くらわんか。ごんぼ汁、くらわんか」と言って売っていたゴボウ（ごんぼ）と卵の花（おから）を入れることが特徴のすまし汁のことです。おなかの調子を整える食物繊維が豊富です。



じゃこまめ

河内地域の郷土料理の一つ。川に住んでいる「もろこ（小魚）」や「川えび」と大豆を煮たもの。カルシウムたっぷりの献立です。

焼さば手巻き

秋まつりの頃に食べられてきた「さばずし」。昔は魚が手に入りやすく、さばずしはごちそうでした。給食では甘酢のたれをかけた焼きさばが出ます。のりにすし飯とほぐしたさばのをせ、手巻きにして食べてくださいね。

日本一周
 1月の予定



1月14日 徳島県 ならえ
 1月18日 高知県 ぐる煮 かつお いもけんぴ
 1月27日 香川県 しっぽくうどん
 1月31日 愛媛県 みかん蒸しパン