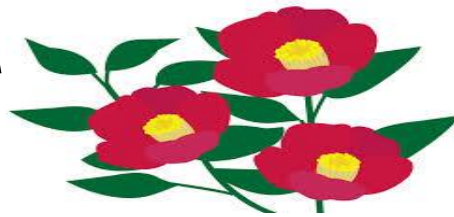
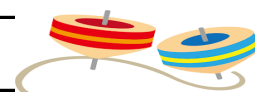



# 1がつのこんだて



東広島市立木谷保育所  
令和6年1月  
tel(0846)45-4322

日にち	ようび	きゅうしょく	おやつ
4	もく	ちくぜんに さんしょくなます ぱいんかん	おにぎり たづくり
5	きん	えびときのこのかれー はくさいのごまさらだ みかんかん	ななくさがゆ おしゃぶりこんぶ
6	ど	ぱん みにぜりー ぎゅうにゅう	
9	か	がんせきあげ そえやさい こーんすきむすーぷ ももかん	きなこぷりん
10	すい	さかなのくらかーあげ そえやさい れんこんのうめまよあえ いちご (中黒瀬保育所リクエスト)	ういろう
11	もく	いりどり ちぐさあえ ばなな	おしろこ あげもち
12	きん	ればーみーとぼーる そえやさい はくさいのみそしる みかん	かすてらぱふえ
13	ど	ぱん みにぜりー ぎゅうにゅう	
15	げつ	いろみざかなのぽてとくりーむやき れもんさらだ いちご	りんごちーずつつみあげ
16	か	ふたにくのくわやき そえやさい じゅりえんぬすーぷ ばなな	けーくされ
17	すい	さかなのりんごそーすかけ そえやさい きりこんぶとだいずのいために みかん	むしぱん
18	もく	くりーむすぱげていー はくさいとりんごのさらだ ぱいんかん	おからどーなつ
19	きん	とわだばらやき(青森) せんべいじる(青森・岩手) りんご(青森)	じゃがちーずもち
20	ど	ぱん みにぜりー ぎゅうにゅう	
22	げつ	 こんげつのおたのしみきゅうしょく 	
23	か	なまあげのやながわに ほうれんそうのおひたし ばなな	はりはりおにぎり いりこ
24	すい	からくない! やむによむちきん そえやさい やさいすーぷ りんご	きゃろっとぜりー
25	もく	みーとそーすすぱげてい ぽてとさらだ みかん(乃美尾保育所リクエスト)	あげぱん
26	きん	れんこんはんぱーぐ そえやさい とうふのくりーみーさらだ ももかん	ちぢみ
27	ど	ぱん みにぜりー ぎゅうにゅう 	
29	げつ	おでんくつきんぐ ごしょくあえ いちご 	くつきー
30	か	さばのこうみに そえやさい ふゆやさいのみそしる ばなな	ごへいもち
31	すい	にくだんごとはくさいのとまとに こまつなのごまあえ りんご	さつまいものかりんとう (川上中部保育所リクエスト)

## 食べ物に込められた願いを知る

行事によく食べられる「赤飯」は、古くから邪気や厄を払うと信じられており、祝儀だけでなく、お盆などの仏事にも食べられています。お正月に食べる料理にも、それぞれに願いが込められています。

**かずのこ(魚の卵)**  
子孫繁栄を願う



**黒豆**  
まめに働き  
まめに暮らせますように



**紅白かまぼこ**  
縁起がよい初日の出



**田づくり**  
田を作るということから農作物の豊作、家内安全の願い



**きんとん(黄金色)**  
お金が貯まりますように



**昆布巻き**  
縁起物(喜ぶの昆布)



**背の曲がった海老**  
腰が曲がるまで元気で長生き



**れんこん**  
穴があって向こうが見える、先が見通せますように



## 今月の栄養素の平均値

<b>3才以上児</b>	
エネルギー	559kcal
たんぱく質	22.0g
食塩	1.4g
<b>3才未満児</b>	
エネルギー	494kcal
たんぱく質	19.2g
食塩	1.2g

※22日のお楽しみ給食は箸のみ持参してください。  
※19日の食育の日のメニューは青森と岩手の郷土料理です。  
※29日はおでんくつきんぐです。エプロン・三角巾・マスクの用意をお願いします。  
※食材の都合により、献立が変更になることがあります。