

★平成31年1月（前半） 末光幼稚園 献立表★

(カエル)	(ハムスター)	(長方形)	(長方形)	(バス)
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
三角ムスビ (おかか)	三角ムスビ (白ごま・梅)	○そばごはん (そば・錦糸卵)	白ごはん	三角ムスビ (わかめ)
えび天ぷら ○出し巻き たらこスパゲティ 牛肉ごぼうしぐれ煮 黄桃 2ヶ	からあげ さばつけ焼き ○平天昆布煮 ○ビーフンサラダ ○うずら卵カレー煮 ○いちごマシュマロ	カレイから揚げ ○ごまみそネーズ たこウインナー せんキャベツ なすび炒め煮 フルーツゼリー	○コーンコロッセ 里芋煮 ○かまぼこ 青のりスパゲティ ○玉ねぎ天煮 ハッシュドビーフ フルーツポンチ	チキンステーキ ○笹かまぼこ 春雨すきやき ○カニタマポテトサラダ 白くまゼリー

(別々)	
14日(月)	15日(火)
成人の日	白ごはん (ホット)
	からあげ ハス煮 ふりかけ 山菜スパゲティ キャベツ酢物 コーヤ煮 りんご1/8

○印は卵を含むものです。白色は全員給食です。

七草がゆを食べるわけ

1月7日は五節句のひとつで、1年で最初の節句。「人日(じんじつ)の節句」といわれ、文字通り「人の日」です。この日に食べる七草がゆは、中国から伝わったとされています。日本では年の初めに若菜を摘んで食べ、生命力をいただく風習があり、これが春の七草(せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ)を使った七草がゆに結び付いたようです。1年間の無病息災を願い、お正月で疲れた胃をいたわる効果もあります。七草がゆを食べ、1年を元気に過ごしましょう。

