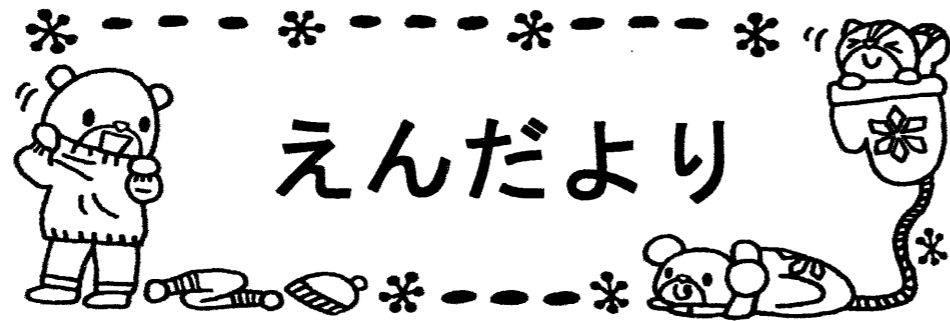


# 1 いちがわ



## えんだより

新しい年も、子どもたちの元気な挨拶と笑顔でスタートしました。お正月は、ご家族皆さんで楽しく過ごされたことでしょうか。今年も、子どもたちと共に健康で充実した毎日を過ごしていきたいと思ひます。お正月明けは、生活リズムを整えて寒さに負けずに元気に過ごしていきましょうね。

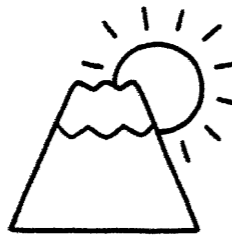
2017年もどうぞよろしくお願ひいたします。



### 今月の目標

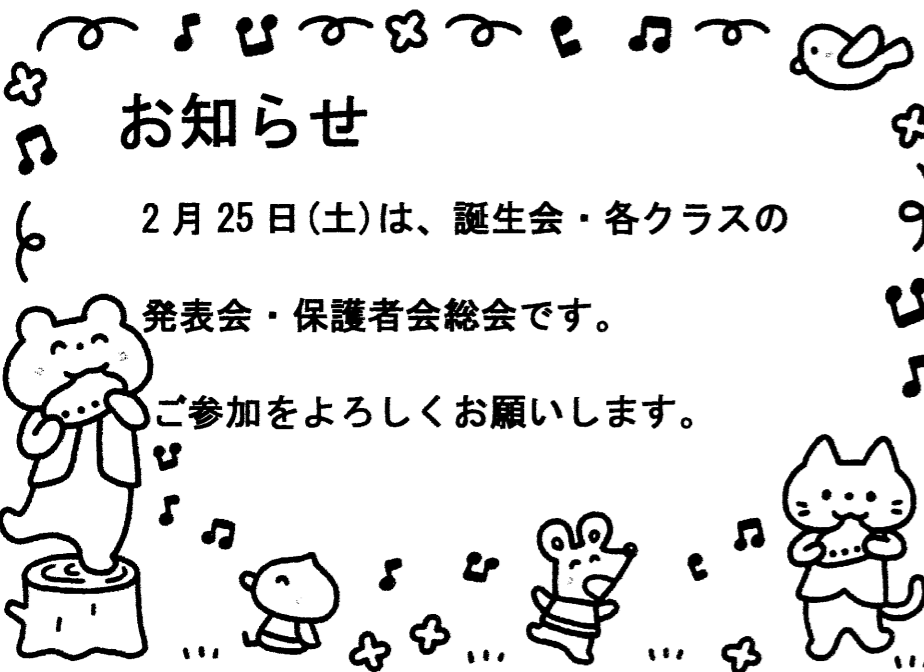
寒さに負けない

丈夫な体づくりをしよう



### 1月の行事

- 6日(金) 避難訓練
- 13日(金) クッキー作り(きく組)
- 16日(月) 体育教室
- 20日(金) ピクニック  
(きく・ばら組：瀬高警部交番)
- 31日(火) 誕生会



### お知らせ

2月25日(土)は、誕生会・各クラスの

発表会・保護者会総会です。

ご参加をよろしくお願ひします。

### おねがい

- ・持ち物には、必ず名前を書いてください。
- ・風邪の予防のために手洗いうがいそして、規則正しい生活をしましょう。



平成29年1月分給食献立



上庄保育園

日	曜	献立名	未満児・午前	全児・午後
		あけまして おめでとう ございます		
4	水	ポークカレー・山吹き和え・果物	ビスケット	牛乳・ポップコーン☆
5	木	いかだ揚げ・お浸し・コーンスープ	みかん缶	牛乳・南瓜ケーキ★
6	金	豚汁・酢の物・果物	バナナ	牛乳・あべ川マカロニ☆
7	土	きつねうどん・即席漬け・牛乳	チーズ	
10	火	味噌おでん・野菜ソテー・果物	ビスケット	牛乳・ぜんざい★
11	水	田作り・紅白かまぼこ・おなます・七草汁	バナナ	牛乳・ピーナツサンド☆
12	木	魚のケチャップ煮・土佐和え・すまし汁	みかん缶	牛乳・スイートポテト★
13	金	すき焼き風煮・三色和え・果物	チーズ	牛乳・クッキー★
14	土	焼きそば・ごま和え・牛乳	せんべい	
16	月	冬野菜カレー・ごぼうの味噌マヨサラダ	ビスケット	牛乳・カンパン
17	火	焼き肉・大根サラダ・果物	チーズ	牛乳・マドレーヌ★
18	水	魚の揚げ煮・切り干し大根煮・かきたま汁	りんご	牛乳・みるく餅★
19	木	麻婆豆腐・ナムル・果物	ふかし芋	牛乳・アップルケーキ★
20	金	ピクニック(家庭からお弁当)	バナナ	牛乳・プリン
21	土	ちゃんぽん・納豆和え・果物・牛乳	チーズ	
23	月	クリームシチュー・ひじき炒め・果物	せんべい	牛乳・みたらし団子★
24	火	魚のフライ・ほうれん草サラダ・味噌汁	バナナ	牛乳・コーン蒸しパン★
25	水	肉豆腐・酢味噌和え・果物	チーズ	牛乳・芋かりんとう★
26	木	大豆入りきんぴら・かぼちゃサラダ・果物	りんご	牛乳・バナナケーキ★
27	金	フィッシュボール・ピーナツ和え・ためき汁	チーズ	牛乳・フルーツ盛りあわせ
28	土	和風スパゲッティー・人参サラダ・牛乳	ビスケット	
30	月	肉じゃが・マカロニサラダ・果物	せんべい	牛乳・どら焼き★
31	火	二色揚げ・大根ともやしのマネズサラダ・いちご・ジュース	チーズ	牛乳・ハンバーガー★

◎材料の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。★手作り ☆半手作り

\*朝食を食べて登園しましょう(早寝・早起き・朝ご飯)\*お誕生会の日はおにぎりにして下さい。



### 知っていますか?

おせち料理のいわれ

- 黒豆…邪気をはらい、まじめに暮らせますように。
- こんぶ巻き…よろこぶという言葉にかけて。
- きんとん…金運がよくなりますように。
- 田づくり…豊作をもたらしますように。
- かずのこ…子宝に恵まれますように。
- えび…腰がまがるまで長生きできますように。



大根—だいこん

- ◎消化を助けるデンプン
- ◎分解酵素のジアターゼ
- ◎大根おろし…食べ過ぎ・二日酔い・むくみ
- ◎おろし汁と蜂蜜…風邪・声がれ

七草

1月7日に七草がゆを食べて一年の健康を祈ります。

せり なずな ごぎょう ほとけのざ すずしろ すずな はこべら

