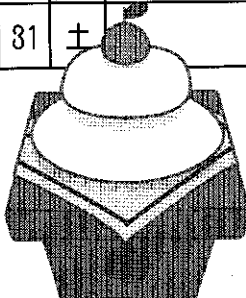


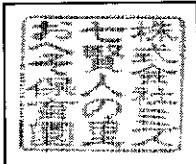
平成27年1月 行事予定表 & おへせレストラン献立表

※都合により一部変更することがあります

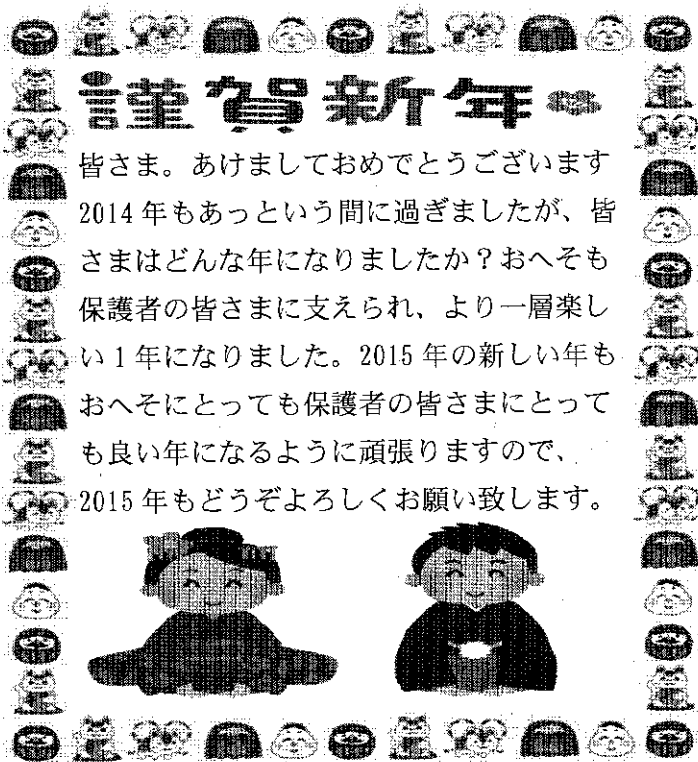
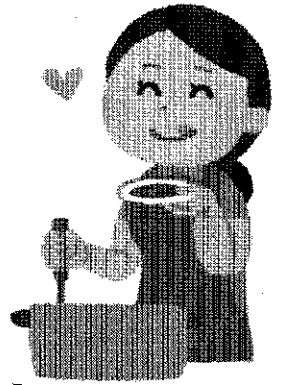
日	曜	行事予定	朝の献立	10時のおやつ	昼食	3時のおやつ	
1	木	お正月休み					
2	金	お正月休み					
3	土	お正月休み					
5	月		いりこ	ごはん	鮭の塩焼き ごぼうサラダ 豆腐のすまし汁	塩おにぎり	
6	火	おせち料理	昆布	ごはん	紅白なます エビの煮しめ 黒豆きのこのすまし汁	おかかおにぎり	
7	水	七草粥	ビスケット	七草粥	魚の煮付け やかり納豆 プロッコリーじゃが芋の味噌汁	フレンチトースト	
8	木		バナナ	ごはん	白菜と豚肉の蒸しもの 里芋の煮っころがし 人参の味噌汁	アップルマフィン	
9	金		チーズ	ごはん	麻婆豆腐 ハムサラダ わかめスープ	ふりかけおにぎり	
10	土			ごはん	高野豆腐と野菜の煮物 味噌汁	ミニサラダせんべい	
12	月	成人の式(休園日)					
13	火	国際メニュー: アメリカ	いりこ	ホットドッグ	マッシュポテト コーンチャウダー	鮭おにぎり	
14	水	高野豆腐	ビスケット	ごはん	揚げだし豆腐風 白菜漬け 玉葱の味噌汁	のり塩おにぎり	
15	木		昆布	ごはん	つくね団子 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	大学芋	
16	金	もちつき	ウエハース	お餅	豚汁	りんごと豆腐のカナッペ	
17	土			焼肉丼	プロッコリーサラダ 味噌汁	ミニドーナツ	
19	月		昆布	ごはん	ししゃも 里芋と人参の含め煮 玉葱とえのきの味噌汁	ふりかけおにぎり	
20	火		いりこ	ごはん	肉じゃが けんちん汁	しらすおにぎり	
21	水	おやつ販売予定	チーズ	わかめうどん	野菜のかき揚げ バナナ	ステーキパン	
22	木		ビスケット	ごはん	タラの甘酢あん 根菜の煮物 厚揚げの味噌汁	しそ昆布おにぎり	
23	金		カルシウムせんべい	すき焼き丼	キャベツとツナの甘酢和え 卵スープ	じゃこおにぎり	
24	土			ロールパン	クラムチャウダー プロッコリー ウインナー	ミニ醤油せんべい	
26	月	お弁当の日					
27	火	お誕生会メニュー	いりこ	ごはん	から揚げ 温野菜 ふのすまし汁 フルーツ	ホットケーキ	
28	水		ビスケット	ごはん	ぶりの塩焼き きゅうりの酢の物 豆腐の味噌汁	ごま塩おにぎり	
29	木		昆布	ごはん	春キャベツと豚肉の味噌炒め 春雨サラダ がき玉汁	ふりかけおにぎり	
30	金	みらい組の食育味噌汁作り	いりこ	ごはん	おでん ポテトサラダ	きな粉揚げパン	
31	土			ごはん	肉団子のおろし煮 野菜スープ	ごまビスケット	



今月の旬や人気メニュー
 6日 おせち料理 7日 七草粥 13日 国際メニュー
 16日 もちつき 21日 わかめうどん 27日お誕生



1月のきゅうしよくだより



謹賀新年

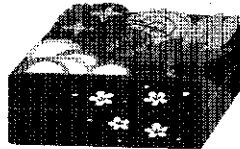
皆さま。あけましておめでとうございます
2014年もあっという間に過ぎましたが、皆さまはどんな年になりましたか？おへそも保護者の皆さまに支えられ、より一層楽しい1年になりました。2015年の新しい年もおへそにとっても保護者の皆さまにとっても良い年になるように頑張りますので、2015年もどうぞよろしく願い致します。



年始の行事と食べ物

年始の行事のいわれ

年の初めに、わが家の先祖である「神さま」を迎え、今年一年の家族の「健康」と無事に「豊かに過ごせる」ことを祈り、お供えもの（おせち料理）を下げて新年を迎えられたことに感謝し、みんなで祝食します



新年を「祝う」ころ

お正月の神さまを、清らかな気持ちでお迎えしましょう。お迎えるにあたって・・・

- ①大掃除やすす払いをします。
- ②「お飾り」を飾ります。
 - ・玄関に門松を立てる
 - ・台所やお手洗いには、しめ縄を飾る
 - ・神棚や仏壇、床の間に鏡餅を供える
- ③お供えもの（おせち料理）を作ります。



子どもと祝うお正月

新しい年への緊張感と期待感に、胸を膨らませ、家族そろってお祝いします。

- ①初詣（初参り、初日の出）に出掛けましょう。
- ②若水（わかみず＝元旦の朝の「水」）で顔を洗いま

しょう。

- ③おせち料理やお雑煮で祝食しましょう。
- ④「お正月遊び」で楽しみましょう。
- ⑤「書き初め」をしてみましょう。

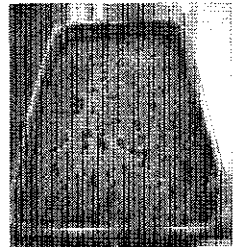


12月の行事は・・・

国際メニュー：ブルガリア

ブルガリアで思いつく食材は、ヨーグルトではありませんか？(*^_^*) という事で、ヨーグルトを使ったブルガリア料理を紹介します。有名な料理の中であまり聞いたことがない、多くの人が知らないと思う「ムサカ」という料理を今回は作りました。

ムサカ料理は、肉や野菜などをヨーグルトで焼いたものです。玉葱・じゃが芋・人参・合挽肉・トマト缶卵・ヨーグルトなどの食材が入り、ずっしりとして食べ応えのある、日本人にも食べやすい料理でしたよ。子ども達も最初はおいしい～と言っていました、ボリュームがあるせいかおかわりにはほとんど来ませんでした。(T_T)



1月からも国際メニューを行うのでお楽しみに。1月の国際メニューは、アメリカです。

クリスマス会



みんなが作った
クリスマスケーキ
です