



給食だより

2026年1月

社会福祉法人栃の木福祉会

管理栄養士 竹井 菜々子

(豊里こども園)

あけましておめでとうございます。新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。1月は寒さも激しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、早寝・早起き・バランスのよい食事で元気に過ごしましょう！

12月お誕生日会献立紹介



-給食-

ロールパン

玉ねぎとセロリのスープ

ハンバーグ

ツリーサラダ



-おやつ-

りんごジュース

プリンアラモード



四季の行事食 お雑煮



お正月

お雑煮は、お餅と野菜が入ることで、「名(菜)を持ち(餅)上げる」とされ、室町時代から縁起の良い食べ物として親しまれてきました。

1月15日の小正月には小豆粥を食べる風習があり、園ではおやつに赤飯おにぎりを提供します。



食事マナークイズ



Q1 たましいおさらのいちはどこ？

①

②



Q2 くちにたべものをいれながら

おはなしするのは○か×か？



答え ① 〇 ② ×

