



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だと思います。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づつ整えるためにも、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 ただしのおさらのいちはどっち？

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？



× ② ○ ① おはなしをするのはどちらが正しいですか？

