



第2寝屋川なかよし保育園  
ちゅーりっぷ・こすもすぐみ  
令和6年1月5日 No. 10

### 2024年が始まりました。

今年度も残すところ後3カ月となりました。4月当初は不安や緊張で泣いてしまう子もいてましたが、様々な行事や経験を経て園生活を楽しんでいきます。1月はこの時期ならではの「コマ回し」「福笑い」「カルタ」「凧揚げ」などの遊びにたくさん触れ合えるように環境作りに努めたいです。

本年もよろしく  
お願いいたします



### かん うち 寒の内

1月6日に小寒を迎え、一年で最も寒さの厳しい時季に入りました。立春までの間を「寒の内」や「寒中」などといいます。酒やみその製造は、この頃の寒さを生かして始まるのですよ。

また、寒ブリなど、この時季に旬を迎える食材には滋養があり、品質も良くておいしいといわれています。



2024年1月

## 夕食メニュー

幼児食

第2寝屋川なかよし保育園

月	火	水	木 4	金 5	土 6
				ごはん たららの塩麹焼き 高野豆腐煮 切干大根の味噌汁	ごはん 照りマヨチキン ブロッコリーのゆかり和え じゃが芋とわかめのすまし汁
8	9	10	11	12	13
成人の日	ごはん たららのパン粉焼き 春雨サラダ うす揚げと小松菜の味噌汁	ごはん 豚肉のしぐれ煮 キャベツの中華和え 白菜とえのきの味噌汁	ミートスパゲティ ポテトサラダ わかめとコーンのスープ	ごはん タンドリーチキン グリーンサラダ しめじと大根のスープ	ごはん 肉野菜炒め 蒸しかぼちゃ そうめんの味噌汁
15	16	17	18	19	20
そぼろ丼 青菜のおかか和え 厚揚げと大根の味噌汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜のお浸し 南瓜とえのきの味噌汁	ハヤシライス 人参サラダ パイナップル	ごはん 豆腐の肉味噌かけ いんげんのツナ和え しめじと玉葱のすまし汁	ごはん たららのムニエル ブロッコリーサラダ マカロニスープ	ごはん 鶏肉のねぎマヨ焼き 大根サラダ さつま芋の麩の味噌汁
22	23	24	25	26	27
キーマカレー 切干大根サラダ りんご	ごはん さばのおろし煮 竹輪のマヨ醤油炒め えのきと青菜の味噌汁	醤油ラーメン いんげんの味噌和え バナナ	ごはん チンジャオロース もやしのナムル 豆腐のスープ	ごはん カレーの煮付け きんぴらごぼう 南瓜としめじの味噌汁	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーの中華和え 麩とほうれん草の味噌汁
29	30	31			
ごはん 鶏肉の照り焼き 青のりポテト 白菜とうす揚げの味噌室	チャーハン キャベツのナムル 春雨スープ	ごはん たららの天ぷら いんげんのおかか和え 小松菜とさつま芋の味噌汁			