



【1月の献立表】

日	月	火	水	木	金	土
			1 お正月休み 	2 お正月休み 	3 お正月休み 	4
5	6	7	8	9	10	11
	カレイのから揚げ う巻き アスパラ胡麻和え お赤飯、すまし汁	酢豚 なめ苺おろし カボチャサラダ ご飯、スープ	魚南蛮 肉じゃが ほうれん草のナムル ご飯、スープ	牛スジこんにゃく さつまいも紅茶煮 ぬた和え ご飯、みそ汁	若鳥から揚げ こんにゃくと竹輪煮 根菜サラダ ご飯、みそ汁	
12	13	14	15	16	17	18
	豚テキ トマトサラダ ほうれん草バター炒め ご飯、スープ	天ぷら盛り合わせ だし巻き玉子 厚揚げと小松菜の煮びたし ご飯、みそ汁	鶏三色巻き 切り干し大根 じゃがいも饅頭 ご飯、スープ	サーモンフライ 野菜サラダ インゲン胡麻和え ご飯、みそ汁	鶏卵うどん だし巻き玉子 小松菜のなめ苺和え おにぎり	
19	20	21	22	23	24	25
	鯖幽庵焼き だし巻き玉子 小芋煮 ご飯、みそ汁	若鶏香草パン粉焼き ポテトサラダ トマトチーズ焼き ご飯、みそ汁	エビフライ トマトサラダ ほうれん草玉子とじ ご飯、みそ汁	豚味噌あん わかめ酢の物 雷こんにゃく ご飯、みそ汁	シーフードグラタン アスパラベーコン レンコンのきんぴら ご飯、みそ汁	
26	27	28	29	30	31	
	豚生姜焼き 木の葉とじ 春雨酢の物 ご飯、みそ汁	ししゃも天ぷら なめ苺おろし 肉じゃが ご飯、みそ汁	チキンカツ おから とろろ玉子べつ甲あん ご飯、みそ汁	カレイきのこあん ぬた和え ゴボウのキンピラ ご飯、みそ汁	おでんの日 トマトのおかか醤油和え ほうれん草のお浸し 菜飯、みそ汁	

★食材の都合によりメニューが変更になる場合がありますのでご了承下さい。



…定休日

第1問：元旦にしてはいけないこととは何でしょうか？！

- ① 掃除② 海水浴③ 貯金

第2問：七草粥の七草には一つ一つ意味があります。七草の一つ「スズナ」はどんな意味があるのでしょうか？

- ① 繁栄が広がる② 汚れのない清白③ 神を呼ぶ鈴

第3問：1月7日は〇〇〇の日。新年になって初めて〇を切る日ということが由来になっています。〇〇〇に入る言葉はなんでしょう？

- ① 爪切り② 髪切り③ 指切り

正解は……裏に書いてます。当たったかな？

《お正月クイズの答え・・・》

第1問

①掃除

お正月は福の神をお迎えする日なので、元旦に掃除をするとわざわざやってきた福の神を、掃き出すことになると言われ、縁起の悪いものと言われています(^_^;)

第2問

③神を呼ぶ鈴

スズナは、カブのことをいいます！スズナは、神を呼ぶ鈴という意味になります(^^)

第3問

①爪切り

日本では1月7日に、爪を切ることによって邪気を払うことが出来て、その年は風邪を引かないようになると考えられていました！