

令和8年度 1月 食育支援計画

日付	対象	時間	食育テーマ/献立	ねらい	担当者
1月5日	月 白組	11:30~12:30	ウイルスに負けない体を作る ご飯 鶏肉の牛塩焼き オレンジ 豆腐と塩昆布のさっぱり和ええのきとかぶのすまし汁	ウイルスに負けない体作りを作るためには、どんなことを気を付けたら良いのか知る。	栄養士 濱田
1月6日	火 青組	11:30~12:30	ウイルスに負けない体を作る ご飯 揚げ出し豆腐 みかん 白菜のゆず入りポン酢和え えびあんかけ茶碗蒸し		栄養士 田川
1月7日	水 桃組	11:15~12:00	食事の様子を確認、援助	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	調理員 藤本
1月9日	金 黄組	11:30~12:30	ウイルスに負けない体を作る ご飯 デミグラスソースハンバーグ バナナスパッティー ポテトサラダ コーンスープ	ウイルスに負けない体作りを作るためには、どんなことを気を付けたら良いのか知る。	調理員 藤本
1月14日	水 白組	14:00~14:30	《クッキング》 ～キラキラゆきケーキ作り～ 	ケーキ作りに挑戦！材料の計量、生地作り、飾りつけをして自分で作り、食べる喜びや、食への興味・関心を育む。	栄養士 田川
1月15日	木 青組	14:00~14:30			調理員 藤本
1月16日	金 黄組	14:00~14:30			栄養士 濱田
1月19日	月 白組	11:30~12:30	冬野菜のかぶについて ご飯 鶏肉と厚揚げのみぞれ煮 小松菜とちくわのサラダ 白菜のみぞ汁 オレンジ	旬の時期を迎えている食材について、栄養や特徴を知る。	調理員 藤本
1月20日	火 青組	11:30~12:30	冬野菜のかぶについて ご飯 鯖の味噌煮 切干大根煮つけ かきたま汁 キウイフルーツ		栄養士 田川
1月21日	水 赤組	11:15~12:00	食事の様子を確認、援助	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	栄養士 濱田
1月23日	金 黄組	11:30~12:30	冬野菜のかぶについて かぶとベーコンのクリームパスタ バナナじゃが芋のスープ れんこんツナサラダ	旬の時期を迎えている食材について、栄養や特徴を知る。	栄養士 濱田
1月28日	水 白組	14:00~14:30	《クッキング》 ～ふりかけ作りに挑戦～ 	食材をちぎったり、混ぜたり、すり鉢やすりこぎを使う体験をし、食材への興味、関心を高める。	栄養士 浜田 田川
1月29日	木 青組	14:00~14:30			栄養士 浜田 田川
1月30日	金 黄組	14:00~14:30			栄養士 浜田 田川