



2月の献立表



令和2年2月発行
あさひ子ども園

「福豆」を食べて無病息災を願おう

昔から穀物には「邪気をはらう霊力」があると考えられていました。季節の分かれ目には邪気が入りやすいといわれ、五穀のひとつである豆をまいて邪気をはらうのです。豆まきに使う大豆は「煎った豆」です。拾い損ねた豆から芽が出ると災いが起こるといわれ、縁起が悪いとされていました。また、「豆を煎る」が「魔目を射る」に通じ、「魔滅」の意味もあるようです。邪気をはらった「福豆」を食べて体に福を取り入れ、一年の無病息災を願いましょう。





たいよう組さんの リクエストメニュー

2月・3月はたいよう組さんのリクエストメニューを入れています。楽しみにしててくださいね。リクエストメニューには★印をつけています。



1日(土)
スタミナ納豆丼
[米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、生姜、にんにく、ごま油、醤油]
キャベツスープ
[キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし]
菓子・バナナ牛乳

3日(月) 節分会	4日(火) 音楽指導	5日(水) 習字教室(たいよう)	6日(木)	7日(金)	8日(土) 保育参観日
ご飯 鬼さんハンバーグ [合びき肉、玉ねぎ、卵、豆腐、パン粉、牛乳、油、キャベツ、とんがりコーン、ケチャップ] 切干大根の含め煮 [切干大根、さつま揚げ、干し椎茸、人参、砂糖、醤油、酒、油] わかめスープ [わかめ、人参、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし]	五目うどん [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、卵、ねぎ、酒、いりこ、みりん、醤油、塩] じゃが芋のそぼろ煮 [じゃが芋、合びき肉、砂糖、酒、みりん、醤油] 三色和え [ほうれん草、キャベツ、人参、ごま、醤油] 果物	ご飯 サバのカレー煮 [サバ、塩、にんにく、カレー粉、小麦粉、玉ねぎ、ピーマン、人参、砂糖、醤油] 春雨サラダ [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] しめじのすまし汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩]	ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、醤油、みりん、生姜] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油、塩] もやしのスープ [もやし、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし]	ご飯 豆腐のステーキ [豆腐、小麦粉、油、牛肉、人参、なめこ、ほうれん草、片栗粉、醤油、砂糖] もやしの和え物 [もやし、きゅうり、人参、醤油] キャベツの味噌汁 [キャベツ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌]	ドライカレー [米、合びき肉、玉ねぎ、人参、レーズン、生姜、にんにく、油、カレールー、醤油] 菜果サラダ [キャベツ、きゅうり、レーズン、みかん缶、油、酢、塩、こしょう]
赤鬼ゼリー ★ 五色豆 ★ 牛乳	黒米おにぎり ★ 牛乳	南瓜パイ ★ 牛乳	チーズポテト ★ 牛乳	水ようかん ★ 牛乳	菓子・バナナ牛乳
10日(月) 運動教室(たいよう)	11日(火) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 建国記念の日 </div> 	12日(水) お好み焼き作り(たいよう)	13日(木) 塩っぺご飯作り(ほし)	14日(金) きな粉団子作り(ぞら)	15日(土)
ラーメン [中華麺、焼き豚、玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、ねぎ、鶏がらスープ、にんにく、生姜、塩、醤油] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 小松菜のナムル [小松菜、もやし、人参、酢、醤油、砂糖、ごま油] 果物	おやつドリア [米、人参、牛乳、コーン、ウィンナー、ピーマン、玉ねぎ、塩、油、チーズ]	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 [手羽元、にんにく、生姜、酢、酒、醤油、砂糖] 納豆和え [納豆、ほうれん草、人参、キャベツ、かつお節、醤油] 白菜の味噌汁 [白菜、人参、玉ねぎ、油揚げ、いりこ、味噌] ★グレープゼリー ★ 牛乳	ご飯 さわらの西京焼き [さわら、ごま、味噌、砂糖、酒、みりん、醤油] ★ミルクおから [おから、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、塩、チーズ、牛乳、砂糖、醤油] もやしのすまし汁 [もやし、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] ★スイートポテト ★ 牛乳	ご飯 厚揚げと春雨の煮物 [厚揚げ、春雨、豚肉、人参、ニラ、玉ねぎ、干し椎茸、鶏がらだし、にんにく、醤油、酒、みりん] コールスローサラダ [キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン、酢、油、塩、こしょう] ★コーンスープ [クリームコーン、コーン、玉ねぎ、パセリ、こしょう、醤油、塩、コンソメ、片栗粉] 豆腐ブラウニー ★ 牛乳	カルシウムご飯 [米、桜エビ、しらす干し、わかめ、ごま、かつお節、醤油、みりん、酒] 大根の味噌汁 [大根、人参、玉ねぎ、油揚げ、いりこ、味噌]
17日(月)	18日(火) おにぎり作り(にし)	19日(水) 味噌汁作り(つき)	20日(木) 誕生会	21日(金)	22日(土)
ご飯 麻婆豆腐 [豆腐、合びき肉、玉ねぎ、人参、竹の子、干し椎茸、ねぎ、にんにく、生姜、砂糖、味噌、醤油、ごま油] きゅうりの酢の物 [きゅうり、人参、みかん缶、酢、砂糖、醤油] コンソメスープ [玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、塩、コンソメ]	★クリームスパゲティ ★ [スパゲティ、しめじ、人参、玉ねぎ、ピーマン、小麦粉、ウィンナー、牛乳、塩、マーガリン、コンソメ] 切り干し大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、しらす干し、ごま、砂糖、酢、醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、塩] 果物	ご飯 グリルチキン [鶏肉、塩、酒、にんにく] 大豆サラダ [水煮大豆、きゅうり、人参、じゃが芋、コーン、醤油、塩、マヨネーズ] 玉ねぎの味噌汁 [玉ねぎ、人参、油揚げ、いりこ、味噌]	中華丼 [米、豚肉、白菜、むきエビ、イカ、干し椎茸、玉ねぎ、人参、竹の子、にんにく、生姜、鶏がらだし、片栗粉、ごま油、醤油] もやしのごま酢和え [もやし、人参、きゅうり、ごま、酢、砂糖、醤油] オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、コンソメ] 果物	ご飯 カレーの甘酢あんかけ [カレー、塩、酒、油、片栗粉、玉ねぎ、人参、ピーマン、砂糖、醤油、酢] ほうれん草の磯和え [ほうれん草、人参、もやし、醤油、刻みのみり] しめじ味噌汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌]	里芋ご飯 [米、里芋、油揚げ、人参、鶏肉、しらす干し、薄口醤油、ごま、酒、塩、昆布] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌]
おやつ 人参の蒸しケーキ ★ 牛乳	わかめおにぎり ★ 牛乳	ミキサーパン ★ 牛乳	カラフルフルーツ白玉 [みかん缶、白桃缶、黄桃缶、バナナ、白玉粉、生クリーム、抹茶、いちごスライス] 牛乳	じゃが芋もち ★ 牛乳	菓子・バナナ牛乳
24日(月) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 振替休日 </div> 	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
ご飯 豆腐のおやき [豆腐、シーチキン、ねぎ、玉ねぎ、パン粉、卵、塩、こしょう、油、ケチャップ] キャベツのゆかり和え [キャベツ、人参、ゆかり粉] ニラスープ [ニラ、もやし、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし]	塩焼きそば [中華麺、豚肉、干し椎茸、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、油、塩、鶏がらだし] さつま芋と昆布の煮物 [さつま芋、人参、砂糖、刻み昆布、醤油、酒、みりん] 麩のすまし汁 [麩、玉ねぎ、しめじ、人参、いりこ、醤油、塩] 果物	ご飯 鮭の幽庵焼き [鮭、ゆず、エリンギ、生椎茸、ほうれん草、醤油、酒、みりん] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] えのきの味噌汁 [えのき、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌]	ご飯 鮭の幽庵焼き [鮭、ゆず、エリンギ、生椎茸、ほうれん草、醤油、酒、みりん] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] えのきの味噌汁 [えのき、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌]	ご飯 ポークビーンズ [豚肉、人参、玉ねぎ、大豆、じゃが芋、トマト缶、砂糖、ケチャップ、油、塩、醤油、生姜、にんにく] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] ★かき卵汁 ★ [玉ねぎ、えのき、卵、ねぎ、いりこ、醤油、塩]	ハヤシライス [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、グリーンピース、しめじ、油、ハヤシライスルー] 野菜スープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ ★いなり寿司 ★ 牛乳	カルピスゼリー ★ 牛乳	★ジャムサンド ★ 牛乳	野菜チップス ★ 牛乳	菓子・バナナ牛乳	菓子・バナナ牛乳

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳 100ml)があります
★行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります