



2月の献立表



令和3年2月発行

あさひ子ども園

	1日(月)	2日(火) 節分会	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、生姜] 春雨サラダ [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] ★鮎のすまし汁 [鮎、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩]	鬼弁 [米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、ごま油、醤油、生姜、酒、砂糖、にんにく、刻みのみ、グリーンピース、てんぷ、とんがりコーン] 鬼が島サラダ [さつま芋、じゃが芋、人参、きゅうり、コーン、シーチキン、醤油、マヨネーズ] 黄金スープ [玉ねぎ、えのき、卵、ねぎ、いりこ、醤油、塩]	けんちんうどん [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、椎茸、ねぎ、いりこ、塩、醤油、みりん、酒、油] 南瓜の煮物 [南瓜、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 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、酒、味噌、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] ニラスープ [ニラ、もやし、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] ジャムサンド 牛乳 [食パン、ブルーベリージャム]	ご飯 ★鮎のソテー彩り野菜 [鮎、小麦粉、マーガリン、ピーマン、人参、玉ねぎ、コーン、油、塩] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、きゅうり、ごま、醤油] 大根のすまし汁 [大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、醤油、塩] ★チーズポテト 牛乳 [フライドポテト、チーズ、青のり、油]	里芋ご飯 [米、里芋、油揚げ、人参、酒、塩、醤油、しらす干し、昆布、ごま、鶏肉] 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	豆腐ブラウニー 牛乳 [豆腐、ミックス粉、ココア、牛乳、油、砂糖]	青鬼ゼリー 牛乳 [寒天、砂糖、グレープジュース、生クリーム、レーズン、ビスケット]	ゆかりおにぎり [米、ゆかり粉、ごま] 牛乳	ジャムサンド 牛乳 [食パン、ブルーベリージャム]	★チーズポテト 牛乳 [フライドポテト、チーズ、青のり、油]	菓子・バナナ 牛乳
	8日(月)	9日(火) 文字の教室 (たいよう)	10日(水) ラッパおにぎり作り (にし)	11日(木)	12日(金)	13日(土) 保育参観日 (たいよう)
	ご飯 いりどり [鶏肉、竹の子、干し椎茸、人参、じゃが芋、ごぼう、酒、れんこん、油、砂糖、醤油] 白菜の塩つべ和え [白菜、もやし、きゅうり、塩昆布、醤油] えのきの味噌汁 [えのき、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌]	ご飯 豆腐のたこ焼き風 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、れんこん、ひじき、エビ、片栗粉、塩、油、ソース] ★金平ごぼう [ごぼう、人参、ピーマン、ごま、油、砂糖、醤油、酒] わかめスープ [わかめ、人参、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし]	ご飯 ★おでん [大根、人参、里芋、鶏肉、厚揚げ、こんにゃく、竹輪、昆布、鶏がら、酒、醤油、みりん] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] 果物 人参蒸しパン 牛乳 [蒸しパンミックス粉、人参、牛乳、チーズ]	建国記念の日 	ご飯 チキンチャップ [鶏肉、にんにく、小麦粉、トマト缶、砂糖、醤油、ソース、ケチャップ] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、しらす干し、ごま、砂糖、酢、醤油] 中華スープ [豆腐、人参、玉ねぎ、ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] シュガートースト 牛乳 [食パン、マーガリン、砂糖]	ハヤシライス [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、ソース、ケチャップ] 生麦、しめじ、油、ハヤシライスルー 玉ねぎのスープ [玉ねぎ、コーン、人参、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ	フルーツポンチ 牛乳 [みかん缶、バナナ、寒天、砂糖]	ヨーグルト 菓子 [ヨーグルト、菓子]	人参蒸しパン 牛乳 [蒸しパンミックス粉、人参、牛乳、チーズ]		中華スープ [豆腐、人参、玉ねぎ、ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし]	菓子・バナナ 牛乳
	15日(月) 記念写真撮影	16日(火) マカロニサラダ作り (たいよう)	17日(水) 誕生会	18日(木)	19日(金) ラッパおにぎり作り (ぞら)	20日(土)
	ご飯 豆腐の五目あんかけ [豆腐、合びき肉、玉ねぎ、人参、えのき、グリーンピース、砂糖、醤油、みりん、酒、片栗粉、油] ほうれん草のごま和え [ほうれん草、人参、もやし、醤油、ごま] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌]	ご飯 ★魚のアーモンドフライ [バトウ、塩、こしょう、にんにく、天ぷら粉、パン粉、油、スライスアーモンド] ゆかり和え [キャベツ、人参、ゆかり粉] もやしのスープ [もやし、玉ねぎ、人参、しめじ、醤油、塩、鶏がらだし]	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] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] 白菜のすまし汁 [白菜、人参、玉ねぎ、いりこ、醤油、塩]	和風焼きそば [中華麺、豚肉、さつま揚げ、人参、玉ねぎ、椎茸、ピーマン、油、塩、醤油、こしょう、刻みのみ] 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] ★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] 果物 わかめおにぎり [米、わかめふりかけ、ごま] 牛乳	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] もやしの和え物 [もやし、きゅうり、人参、醤油] なっとう汁 [納豆、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、さつま芋、油揚げ、ねぎ、いりこ、味噌] オレンジゼリー リッツ [オレンジジュース、砂糖、寒天]	穴子ご飯 [米、穴子、ごぼう、人参、昆布、醤油、酒、砂糖、刻みのみ] 豆腐スープ [豆腐、玉ねぎ、コーン、人参、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ	マカロニの安倍川黒蜜かけ [マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒糖] 牛乳	★水ようかん 牛乳 [こしあん、砂糖、寒天、くす粉]	ロールケーキ 牛乳 [小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム]	わかめおにぎり [米、わかめふりかけ、ごま] 牛乳	オレンジゼリー リッツ [オレンジジュース、砂糖、寒天]	菓子・バナナ 牛乳
	22日(月)	23日(火)	24日(水) 味噌汁作り (ほし)	25日(木) ポテトサラダ作り (つぎ)	26日(金) 運動教室 (たいよう)	27日(土)
	★塩ラーメン [中華麺、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、ねぎ、にんにく、生姜、塩、こしょう、薄口醤油、鶏がらだし] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 小松菜のツナ和え [小松菜、もやし、人参、シーチキン、砂糖、酢、醤油] 果物 焼きおにぎり 牛乳 [米、しらす干し、味噌、砂糖、酒]	天皇誕生日 	うずめ飯 [米、里芋、ごぼう、人参、椎茸、鶏肉、厚揚げ、醤油、だし汁、みりん、片栗粉] キャベツのおかか和え [キャベツ、きゅうり、もやし、かつお節、醤油] 玉ねぎの味噌汁 [玉ねぎ、人参、油揚げ、いりこ、味噌] スイートポテト 牛乳 [さつま芋、生クリーム、卵、バター、砂糖]	ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、生姜、酒、醤油、みりん、油] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] ★オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし] 手作りプリン [卵、牛乳、砂糖]	ご飯 サバの梅煮 [サバ、梅干し、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] ひじきの華風和え [ひじき、ハム、きゅうり、コーン、人参、酢、砂糖、醤油、ごま油] わかめのすまし汁 [わかめ、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] アップルパイ 牛乳 [りんご、砂糖、パイ生地、卵黄]	そぼろ寿司 [米、昆布、鶏ミンチ、人参、干し椎茸、油揚げ、ごぼう、酒、醤油、酢、塩、砂糖] キャベツスープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ	焼きおにぎり 牛乳 [米、しらす干し、味噌、砂糖、酒]		スイートポテト 牛乳 [さつま芋、生クリーム、卵、バター、砂糖]	手作りプリン [卵、牛乳、砂糖]	アップルパイ 牛乳 [りんご、砂糖、パイ生地、卵黄]	菓子・バナナ 牛乳



郷土料理を食べることは、故郷を知ること 各地域の産物を活用し、地域特有の調理法で作られ伝承されてきた郷土料理。地元の人たちはどれだけ知っているでしょう。伝統料理を口にする機会、作る経験が減っている今、郷土料理そのものがわからない、全国区の料理と思い込んでいる、ということも多いのではないのでしょうか。自分の暮らす地域の郷土料理に親しむことは、故郷の風土・歴史・文化を知ることにもつながります。失われつつある郷土料理を知り、伝え、残していきたいですね。

参考資料：いただきます ごちそうさま



～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。



★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