



2月の献立表



平成31年2月発行
あさひ子ども園

煎った豆をまく理由とは



2月3日は節分。豆まきには「魔滅(まめ)」として邪気を払い無病息災を祈る意味があります。また、豆に「火」を入れておにを封じ込めるとして煎った豆をまくようになったそうです。拾い損ねた豆から芽が出ると災いが起こり、縁起が悪いとされ、それを防ぐために煎った豆をまいたという説も。昔からの風習には、深い意味が込められているのです。今年の豆まきは、煎った大豆でおにを退治してみてください。

※参考資料：食育だより

	4日(月)	5日(火)	6日(水) 音楽指導	7日(木)	8日(金) 習字教室(たいよう)	9日(土) 保育参観日	
	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ [豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、油、人参、グリーンピース、砂糖、醤油、酒、みりん、片栗粉] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] わかめの味噌汁 [わかめ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] バナナケーキ 牛乳 [バナナ、小麦粉、油、レモン汁、ベーキングパウダー、砂糖]	ご飯 魚の生姜煮 [魚、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん] マカロニサラダ [マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、チーズ、マヨネーズ] 白菜のスープ [白菜、人参、玉ねぎ、椎茸、醤油、塩、鶏がらだし] チーズポテト 牛乳 [フライドポテト、チーズ、青のり、油]	チャンポン [中華麺、豚肉、人参、エビ、玉ねぎ、キャベツ、ねぎ、もやし、かまぼこ、コーン、にんにく、生姜、こしょう、油、醤油、塩、鶏がらだし] 焼きししゃも [ししゃも、クロックリー] 小松菜のごま和え [小松菜、人参、醤油、ごま]	ご飯 鶏肉のから揚げ [鶏肉、塩、にんにく、酒、生姜、片栗粉、油] ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、シーチキン、チーズ、醤油、コーン、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] 人参団子 牛乳 [人参、白玉粉、きな粉、塩、砂糖]	ご飯 ポークビーンズ [豚肉、人参、玉ねぎ、油、じゃが芋、大豆、トマト缶、ケチャップ、砂糖、塩、醤油] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま、醤油] なめこのすまし汁 [なめこ、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、塩] カルピスゼリー [カルピス、砂糖、寒天、みかん缶、キウイ]	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、みかん缶、油、酢、塩、こしょう] 果物 菓子・バナナ 牛乳	
	11日(月) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 建国記念の日 </div> 	12日(火) ご飯 魚のオーロラソース和え [カレイ、小麦粉、油、砂糖、マヨネーズ、ケチャップ] 三色和え [ほうれん草、キャベツ、人参、ごま、醤油] しめじの味噌汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] 手作りメロンパン 牛乳 [ロールパン、ミックス粉、バター、レモン汁、グラニュー糖、卵]	13日(水) イチゴ狩り(たいよう) たらこスパゲティ [スパゲティ、たらこ、玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン、マーガリン、酒、にんにく、刻みのみり、醤油] 塩っぺ和え [キャベツ、人参、きゅうり、塩昆布、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、玉ねぎ、人参、醤油、塩、コンソメ] 果物 ゆかりおにぎり 牛乳 [米、ゆかり粉、ごま]	14日(木) 運動教室(たいよう) 蒸しパン作り(ぞら) 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、鶏がらだし] きゅうりの酢の物 [きゅうり、人参、みかん缶、酢、砂糖、醤油] かき卵汁 [玉ねぎ、えのき、卵、ねぎ、いりこ、醤油、塩] 人参の蒸しケーキ 牛乳 [ミックス粉、牛乳、卵、油、人参、チーズ、レーズン]	15日(金) 二色丼 [米、鶏ひき肉、ほうれん草、生姜、砂糖、塩、油、醤油、酒] 春雨サラダ [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] キャベツの味噌汁 [キャベツ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] 果物 じゃが芋もち 牛乳 [じゃが芋、片栗粉、砂糖、バター、醤油、油]	16日(土) 鶏ごぼろピラフ [米、鶏肉、人参、ごぼう、玉ねぎ、コーン、ピーマン、塩、グリーンピース、マーガリン、鶏がらだし] 中華スープ [玉ねぎ、キャベツ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ 牛乳	
	18日(月) たこ焼きづくり(たいよう) ご飯 豆腐のおやき [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、シーチキン、ねぎ、パン粉、卵、塩、こしょう、油、ケチャップ] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] えのきの味噌汁 [えのき、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] ココア牛乳もち [牛乳、砂糖、片栗粉、ココア、きな粉、塩、砂糖]	19日(火) 誕生会 ご飯 鮭のムニエル [鮭、塩、小麦粉、バター、油、酒] ひじき煮 [ひじき、人参、さつまいも、砂糖、醤油、油、酒] 大根のすまし汁 [大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、醤油、塩]	20日(水) ご飯 おでん [大根、人参、里芋、昆布、がんもどき、こんにゃく、竹輪、鶏肉、鶏がら、酒、醤油] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、人参、コーン、シーチキン、マヨネーズ、醤油] 果物 黒ごまかりんどう 牛乳 [小麦粉、卵、黒ごま、油、ごま油、黒砂糖]	21日(木) ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、油、砂糖、酒、みりん、醤油] キャベツのおかか和え [キャベツ、人参、かつお節、醤油] 麩のすまし汁 [麩、玉ねぎ、人参、しめじ、いりこ、醤油、塩] グレープゼリー 牛乳 [グレープジュース、砂糖、寒天]	22日(金) 焼きそば作り(ほし) 焼きそば [中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、ピーマン、油、ソース、塩、こしょう、青のり] あさりのしくれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 春雨スープ [春雨、玉ねぎ、人参、ニラ、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 わかめおにぎり 牛乳 [米、わかめふりかけ、ごま]	23日(土) 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] 貝だくさん味噌汁 [大根、人参、玉ねぎ、豆腐、いりこ、味噌] 菓子・バナナ 牛乳	
	25日(月) きつねうどん [うどん、油揚げ、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、酒、みりん、塩] じゃが芋のそぼろ煮 [じゃが芋、人参、合びき肉、砂糖、酒、みりん、醤油] ほうれん草のおかか和え [ほうれん草、人参、かつお節、醤油] 果物 鮭におにぎり 牛乳 [米、鮭フレーク]	26日(火) 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] 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] もやしのすまし汁 [もやし、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] ミキサーパン 牛乳 [小麦粉、卵、油、牛乳、塩、玉ねぎ、ベーキングパウダー、チーズ、粉チーズ、トマト、ウインナー、パセリ]	27日(水) ご飯 魚のおろし煮 [魚、大根、片栗粉、醤油、みりん、酒、油] ゆかり和え [キャベツ、人参、ゆかり粉] さつまいも味噌汁 [さつまいも、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] ぜんざい 牛乳 [小豆、白玉粉、豆腐、砂糖、塩]	28日(木) 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] もやしの和え物 [もやし、きゅうり、人参、醤油] ニラスープ [ニラ、えのき、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] フルーツヨーグルト [バナナ、黄桃缶、白桃缶、ヨーグルト]	<p>2月と3月はたいよう組さんのリクエストメニューを入れてあります。楽しみにしててくださいね。</p> <p>☆給食☆</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ニラスープ ・ドライカレー ・キャベツの塩っぺ和え ・マカロニサラダ <p>☆おやつ☆</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チーズポテト ・わかめおにぎり ・黒ごまかりんどう ・手作りメロンパン 		

★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