



# 2月の献立表



平成30年2月発行  
みなと保育園



## 節分



2月3日は節分です。節分は季節の分かれ目を意味します。  
『福は内、鬼は外』と声を出しながら豆をまき、鬼をおいだす日です。  
豆まきで、心の中のいじわる鬼やわがまま鬼、好き嫌い鬼をおいだしましょう。  
また、大豆は良質なたんぱく質や鉄分、カルシウムが豊富で『畑の肉』とも呼ばれています。豆腐や納豆、きな粉など食べて、元気な体を作りましょう。



節分		1日(木)		2日(金) 節分会		3日(土)					
		★カレーうどん [うどん、豚肉、油揚げ 人参、葱、玉葱、にんにく カレー粉、麵つゆ、油] 和風サラダ [きゅうり、もやし、人参 くわがめ、しらす干し 醤油、酢、油] 南瓜のいとこ煮 [南瓜、小豆、砂糖、醤油] みかん 野菜チップス [さつま芋、ごぼう、油 片栗粉、塩、醤油]		ロールパン 鬼さんハンバーグ [合ミンチ、玉葱、卵、牛乳 パン粉、油、ケチャップ キャベツ、とんがりコーン] 豆まめサラダ [じゃが芋 大豆、枝豆、塩、こしょう チーズ、人参、オリーブ油] 春雨スープ [春雨、人参 白菜、しめじ わかめ、塩、醤油 鶏がらだし] 手巻き寿司 [米、酢、塩、砂糖 マヨネーズ、ツナ きゅうり、海苔]		カルシウムご飯 [米、桜エビ、かつお節 わかめ、ごま、ごま油 しらす干し、醤油、酒] ビーフシチュー [牛肉、人参、玉葱 じゃが芋、しめじ、塩 こしょう、グリーンピース シチューのルー] バナナ菓子					
5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)					
★わかめご飯 [米、わかめふりかけ] 豆腐のあんかけ [豆腐、玉葱、ピーマン 人参、鶏肉、油、片栗粉 醤油、酒、砂糖] 酢味噌和え [わかめ、きゅうり、白菜 人参、しらす干し、酢 味噌、砂糖] かき玉汁 [玉葱、卵、しめじ、葱 いりこ、塩、醤油] あんこパイ		ご飯 豚カツ [豚肉、塩、こしょう 天ぷら粉、パン粉、油 ソース、ケチャップ] さやべつのおかか和え [さやべつ、小松菜、人参 かつお節、醤油] のっぺい汁 [豆腐、ごぼう、白菜 里芋、人参、葱、片栗粉 塩、醤油] ホットケーキ		ご飯 筑前煮 [鶏肉、里芋、ごぼう 人参、椎茸、こんにゃく れんこん、いんげん、油 醤油、砂糖] きゅうりの中華和え [きゅうり、ごま、ごま油 砂糖、醤油、酢] 白菜のみそ汁 [白菜、玉葱、えのき、葱 いりこ、味噌] シュガードースト		ナポリタン [スパゲティ、油、塩、 ウインナー、ピーマン 玉葱、ケチャップ、チーズ] コーンとえ [ほうれん草、人参 コーン、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、人参、しめじ 玉葱、アサリ、パセリ コンソメ、塩、こしょう] バナナ シリアルヨーグルト		ご飯 魚の塩焼き [サバ、塩] ひじき煮 [ひじき、人参、こんにゃく さつま揚げ、いんげん 砂糖、醤油、みりん] さつま芋の味噌汁 [里芋、えのき、椎茸、葱 油揚げ、いりこ、味噌] りんご 甘納豆ケーキ		チキンライス [米、鶏肉、人参、玉葱 コンソメ、ケチャップ バター、塩、こしょう グリーンピース] コンソメスープ [玉葱、大根、えのき ブロッコリー、人参 コンソメ、塩] バナナ菓子	
おやつ パイ生地、あんこ 牛乳		おやつ 牛乳		おやつ 牛乳		おやつ 牛乳					
12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)					
振替休日		梅おかかおにぎり [米、梅干し、かつお節] ★野菜ラーメン [中華麺、豚肉、人参 さやべつ、もやし、玉葱 葱、筍、塩、醤油、ごま油 鶏がらだし] さつま芋と昆布の煮物 [さつま芋、昆布、砂糖 醤油] みかん みなどう子まんじゅう		ロールパン 南瓜のグラタン [南瓜、塩、鶏肉、マカロニ 玉葱、しめじ、こしょう 小麦粉、マーガリン、牛乳 コンソメ、チーズ、パン粉] コールスローサラダ [白菜、きゅうり レーズン、パイン、酢 塩、こしょう、油] ラッキー人参スープ [コーン、ほうれん草、人参 クリームコーン、玉葱、塩 コンソメ] ひじきおにぎり [米、ひじき、ごぼう、椎茸 鶏肉、油揚げ、しらす干し 薄口醤油]		ご飯 魚の西京焼き [カレイ、味噌、酒、醤油 みりん、砂糖] 五目豆 [大豆、ごぼう、人参、大根 こんにゃく、椎茸、油、砂糖 醤油] 田舎スープ [鶏肉、にんにく、玉葱 じゃが芋、白菜、人参、葱 油、鶏がらだし、塩、醤油] りんご マカロニ安梧川		ご飯 高野豆腐のオランダ煮 [高野豆腐、鶏肉、じゃが芋 人参、玉葱、干し椎茸 ピーマン、砂糖、醤油 片栗粉、油] ほうれん草の和え物 [ほうれん草、えのき わかめ、醤油] ふのすまし汁 [お豆腐、玉葱、しめじ 葱、醤油、塩、いりこ] バナナケーキ		カレーピラフ [米、ベーコン、エビ 人参、玉葱、グリーンピース コンソメ、バター、カレー粉 塩、こしょう] 中華スープ [玉葱、人参、チンゲン菜 コーン、鶏がらだし、醤油 塩] バナナ菓子	
おやつ		おやつ 小麦粉、黒砂糖、B.P 酒、片栗粉、あんこ牛乳		おやつ 牛乳		おやつ 牛乳					
19日(月)		20日(火) 誕生日会		21日(水)		22日(木) クッキング					
ご飯 ししゃもの天ぷら [ししゃも、天ぷら粉、油] 納豆和え [納豆、ほうれん草、人参 きゅうり、ハム マヨネーズ、醤油] 大根の味噌汁 [大根、人参、南瓜、えのき 油揚げ、葱、いりこ、味噌] ヨーグルト和え		ご飯 コーンマヨネーズ焼き [パウト、塩、マヨネーズ コーン、パセリ、チーズ] ブロッコリーのごま和え [ブロッコリー、人参 かまぼこ、ごま、醤油] 貝だくさんスープ [ベーコン、じゃが芋 人参、玉葱、白菜、しめじ 塩、醤油、コンソメ] みかん ココアロールケーキ		三色丼 [米、鶏ミンチ、人参 ほうれん草、生姜、醤油 砂糖、海苔] 白和え [豆腐、しらたき、さつま芋 人参、ごま、スキムミルク 味噌、砂糖] なめこ汁 [なめこ、玉葱、葱、いりこ 味噌] りんご プリン		ご飯 豚肉の生姜煮 [豚肉、玉葱、生姜、醤油 砂糖、みりん、油] パンサンスー [春雨、きゅうり、人参 ハム、ごま、酢、醤油 ごま油、砂糖] ニラスープ [もやし、しめじ、にら 玉葱、コーン、コンソメ 塩、醤油] りんごゼリー [りんご、りんごジュース 砂糖、寒天] たこやき(さくら組)		ご飯 厚揚げの味噌炒め [厚揚げ、豚肉、椎茸、人参 玉葱、ピーマン、油、砂糖 味噌、醤油] 酢の物 [人参、ブロッコリー カニかま、酢、砂糖、醤油] アサリのスープ [アサリ、人参、白菜 醤油、葱、塩] スイートポテト		炊き込みご飯 [米、鶏肉、人参、しめじ ごぼう、さつま揚げ グリーンピース、薄口醤油] じゃが芋のみそ汁 [じゃが芋、玉葱、油揚げ チンゲン菜、いりこ、味噌] バナナ菓子	
おやつ ヨーグルト、バナナ みかん、白桃、黄桃		おやつ ココア、小麦粉、卵、砂糖 生クリーム 牛乳		おやつ 牛乳		おやつ 牛乳					
26日(月)		27日(火)		28日(水)							
ご飯 鶏肉のさっぱり煮 [鶏肉、砂糖、酒、酢 醤油、生姜、にんにく] 小松菜の煮浸し [小松菜、白菜、油揚げ 醤油、みりん、砂糖] ミネストローネ [ウインナー、玉葱、人参 さやべつ、しめじ、トマト じゃが芋、マカロニ、塩 コンソメ、こしょう パセリ] カルピス蒸しパン		あんかけ焼きそば [中華麺、豚肉、イカ 白菜、玉葱、人参、ピーマン 筍、椎茸、にんにく、ごま油 鶏がらだし、醤油、塩 こしょう、片栗粉] 大豆といりこの アーモンド和え [大豆、アーモンド、いりこ 片栗粉、油、砂糖、醤油] しじみ汁 [しじみ、葱、味噌] みかん 人参団子		ご飯 魚のアンダーソースかけ [サケ、人参、玉葱、パセリ クリームコーン、バター 小麦粉、牛乳、コンソメ 塩、こしょう] ひじきのサラダ [ひじき、ブロッコリー 人参、ちくわ、マヨネーズ 醤油] 南瓜とごぼうの味噌汁 [南瓜、ごぼう、玉葱、葱 いりこ、味噌] きなこ揚げパン		さくら組にリクエストメニューを聞きました。 2月と3月の献立に入れています。(★印) 楽しみにしてください。		お給食 ・ドライカレー・ラーメン・うどん・ピビンパ ・わかめごはん・チーズコロッケ・鶏肉のから揚げ ・豚肉のおろしポン酢・シチュー おやつ ・クッキー・フライドポテト・メロンパン ・アンパンマンゼリー・アップルパイ・ピザ			
おやつ 牛乳		おやつ 牛乳		おやつ 牛乳							

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。