



2月の献立表



令和5年2月発行
上府保育園

節分の恵方巻

節分にはのり巻きを、神様がいらっしゃる方角である恵方を向いて食べる風習があります。切らずに丸ごとかじることには「縁を切らない」という意味があり、黙って食べることには「運を逃さない」という意味があります。今年の恵方は南南東になります。
(いただきます ごちそうさま 参照)

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)		
	ご飯 鶏肉と高野豆腐の卵焼き [鶏肉、高野豆腐、ピーマン、玉葱、人参、卵、醤油、砂糖、酒、油] 三色酢の物 [きゅうり、人参、キャベツ、砂糖、酢、醤油] えのきのすまし汁 [えのき、わかめ、いりこ、玉葱、塩、醤油] ★米粉deじゃが芋ピザ [じゃが芋、米粉、コーン、ウインナー、チーズ、玉葱、ケチャップ] 牛乳	♥ミートスパゲティ [スパゲティ、合ミンチ、塩、玉葱、人参、ケチャップ、油、にんにく、トマト缶、チーズ、コンソメ] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、コーン、人参、ごま、マヨネーズ、味噌] 白菜と大根のスープ [白菜、大根、あさり水煮、玉葱、人参、コンソメ、塩、醤油] 手巻き寿司 [米、酢、砂糖、塩、きゅうり、カニカマ、卵、ツナ、マヨネーズ、海苔]	鬼さんライス [米、コーン、塩、コンソメ、卵、鶏ミンチ、ケチャップ、醤油、砂糖、とんがりコーン、生姜] ほうれん草の和え物 [ほうれん草、人参、醤油、キャベツ] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、えのき、いりこ、玉葱、人参、葱、味噌] 鬼さんプリン風 [豆乳、牛乳、砂糖、寒天、ココア、いちごジャム、グラニュー糖、生クリーム] 果物 ウエハース	ポークハヤシライス [米、豚肉、玉葱、しめじ、人参、グリーンピース、油、ハヤシルー] 野菜スープ [キャベツ、人参、玉葱、塩、コンソメ、醤油] 果物 菓子		
	6日(月) ご飯 魚の味噌煮 [サバ、味噌、生姜、みりん、砂糖、酒、片栗粉、トマト] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、わかめ、コーン、ごま、酢、醤油、砂糖] 小松菜のすまし汁 [小松菜、白菜、えのき、塩、人参、いりこ、醤油] スティックパイ [パイ生地、グラニュー糖] 牛乳	7日(火) ご飯 豆腐ナゲット [豆腐、鶏ミンチ、玉葱、塩、人参、生姜、長芋、片栗粉、こしょう、油、ケチャップ] 即席漬け [小松菜、キャベツ、人参、醤油、塩] あさりのスープ [あさり水煮、人参、しめじ、玉葱、鶏がらだし、醤油] ホットケーキ [ミックス粉、卵] 牛乳	8日(水) ラーメン [中華麺、焼き豚、キャベツ、玉葱、人参、コーン、ごま油、にんにく、生姜、鶏がらだし、いりこ、塩、こしょう、葱] 五目豆 [水煮大豆、こんにゃく、ごぼう、人参、砂糖、醤油] きゅうりの中華和え [きゅうり、ごま、ごま油、砂糖、醤油、酢] 果物 のりむすび [米、海苔、塩]	9日(木) ご飯 魚の照り焼き [ブリ、みりん、醤油、砂糖、酒、小麦粉] ほうれん草の白和え [ほうれん草、コーン、人参、豆腐、ごま、味噌、砂糖] かぶの味噌汁 [かぶ、油揚げ、お豆腐、しめじ、玉葱、いりこ、味噌] 果物 ♥みかんゼリー [みかん、オレンジジュース、砂糖、寒天] 豆乳ウエハース	10日(金) ご飯 グリルチキン [鶏肉、塩、こしょう] ブロッコリーサラダ [ブロッコリー、人参、ツナ、醤油] 心のすまし汁 [お豆腐、えのき、いりこ、玉葱、葱、醤油、塩] 果物 マカロニニ安倍川 [マカロニ、きな粉、黒砂糖、塩、砂糖] 牛乳	11日(土) 建国記念の日
おやつ						
	13日(月) ご飯 豆腐のきのこソースかけ [豆腐、豚ミンチ、しめじ、えのき、椎茸、玉葱、人参、砂糖、醤油、片栗粉] 白菜の酢の物 [白菜、人参、きゅうり、酢、砂糖、塩、醤油] キャベツの味噌汁 [キャベツ、南瓜、玉葱、葱、いりこ、味噌] 果物 ボンデケーキ [ミックス粉、白玉粉、油、チーズ] 牛乳	14日(火) ピピンバ [米、牛肉、ほうれん草、人参、もやし、にんにく、海苔、砂糖、醤油、ごま油、ごま、コンソメ] 果物 ニラ卵スープ [ニラ、卵、春雨、玉葱、塩、人参、醤油、鶏がらだし] 果物 ブルーチエ [フルーチェの素、牛乳] クラッカー	15日(水) ご飯 ♥魚のポテマヨ焼き [サケ、じゃが芋、にんにく、マヨネーズ、キャベツ、チーズ] マカロニサラダ [マカロニ、きゅうり、ハム、人参、オリーブ油、塩] 玉葱のすまし汁 [玉葱、わかめ、醤油、塩、お豆腐、いりこ] 果物 豆腐入りみだらし団子 [白玉粉、豆腐、砂糖、醤油、片栗粉] 牛乳	16日(木) 音楽指導 ご飯 ささみの天ぷら [ささみ、梅干し、大葉、油、生姜、天ぷら粉、酒] キャベツの塩っぺ和え [キャベツ、小松菜、塩っぺ、人参、醤油] 大根の味噌汁 [大根、チンゲン菜、しめじ、椎茸、いりこ、味噌] 果物 手作りクッキー [小麦粉、マーガリン、砂糖、バター、スターシュガー] 牛乳	17日(金) 塩焼きそば [中華麺、豚肉、エビ、イカ、玉葱、キャベツ、人参、ピーマン、鶏がらだし、にんにく、塩、海苔、油] もやしのナムル [もやし、小松菜、人参、ごま、ごま油、醤油、酢] 果物 コーンスープ [コーン、クリームコーン、玉葱、コンソメ、パセリ、塩] 果物 ゆかりおにぎり [米、押し麦、ゆかり粉] 牛乳	18日(土) 参観日 エビピラフ [米、エビ、人参、玉葱、塩、ピーマン、コーン、バター、コンソメ、こしょう] 果物 わかめスープ [わかめ、白菜、しめじ、塩、人参、鶏がらだし] 果物 菓子
おやつ						
	20日(月) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩] 小松菜とあさりの和え物 [小松菜、あさり水煮、人参、ごま、醤油] 納豆汁 [納豆、豆腐、人参、しめじ、豚肉、さつま芋、葱、いりこ、味噌] 果物 カルピス蒸しパン [ミックス粉、カルピス、レーズン、牛乳] 牛乳	21日(火) ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、しらたき、人参、玉葱、グリーンピース、砂糖、醤油、油] ごま酢和え [キャベツ、きゅうり、人参、ごま、砂糖、醤油、酢] チンゲン菜のすまし汁 [チンゲン菜、人参、油揚げ、玉葱、いりこ、醤油、塩] 果物 ヨーグルト和え [ヨーグルト、バナナ、黄桃、白桃、みかん、スキムミルク、砂糖] クラッカー	22日(水) ♥カレーうどん [うどん、豚肉、油揚げ、葱、人参、玉葱、カレールー、めんつゆ、にんにく、油] キャベツの磯和え [キャベツ、人参、もやし、海苔、醤油] 果物 おかかおにぎり [米、かつお節、青のり、醤油] チーズ	23日(木) 天皇誕生日 	24日(金) 誕生会 ご飯 ポークビーンズ[豚肉、水煮大豆、じゃが芋、人参、玉葱、ケチャップ、トマト缶、砂糖、醤油、塩、油] 菜果サラダ [白菜、みかん、きゅうり、レーズン、酢、塩、砂糖] ★春雨の豆乳スープ [春雨、豆乳、人参、玉葱、チンゲン菜、コンソメ、味噌] 南瓜のチーズケーキ [南瓜、クリームチーズ、卵、生クリーム、グラニュー糖] 牛乳	25日(土) 参観日 そばろご飯 [米、鶏ミンチ、ごぼう、酒、いんげん、砂糖、醤油、油、生姜] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、しめじ、人参、葱、いりこ、味噌] 果物 菓子
おやつ						
	27日(月) ご飯 豆腐とエビのケチャップ煮 [豆腐、エビ、豚ミンチ、油、玉葱、人参、生姜、にんにく、グリーンピース、ケチャップ、トマト缶、醤油、砂糖] ひじきのマリネ [ひじき、きゅうり、もやし、人参、酢、砂糖、醤油] 中華スープ [玉葱、白菜、人参、コーン、鶏がらだし、塩、醤油] 牛乳	28日(火) うずめ飯 [米、鶏肉、里芋、人参、椎茸、ごぼう、厚揚げ、かつお節、昆布、みりん、醤油、片栗粉] 切干大根の梅和え [切干大根、きゅうり、人参、梅干し、醤油、砂糖] もやしのすまし汁 [もやし、玉葱、しめじ、葱、人参、いりこ、塩、醤油] 果物 煮しまんじゅう [小麦粉、B.P、あんこ、砂糖] たご焼き作り (はくちょう組) 牛乳	♥マークは、はくちょう組のリクエストメニュー!! <p>今月のリクエストメニューは…</p> <p>《給食》 ♥ミートスパゲティ ♥魚のポテマヨ焼き ♥カレーうどん(2名)</p> <p>《おやつ》 ♥みかんゼリー</p> <p>来月も楽しみにしていてください♥</p>			
おやつ						