



2月献立表






令和5年2月発行
こくふ子ども園

節分について

節分の豆まきには、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込む為に行います。鬼をやっつけるのに使われる大豆は生でまくと芽が出て縁起が悪いとされている為、必ず煎った豆を使います。「鬼は外、福は内」と声を出しながら、子ども達には元気いっぱい鬼をやっつけてほしいと思います。子ども園でも3日は節分にちなんで献立になりますので楽しみにして下さいね。



	1日(水)	2日(木)	3日(金) 節分会	4日(土)		
	♡たらこスパゲティ (スパゲティ、にんにく、たらこ、玉葱、バター、塩、こしょう、油、焼きのり、醤油) コールスローサラダ (キャベツ、きゅうり、パイナップル、レーズン、油、酢、塩、こしょう) あさりのスープ (あさり、人参、豆腐、玉葱、葱、卵、醤油、コンソメ) 果物 梅おにぎり (米、梅干し、ごま) 牛乳	ごはん 魚のコーンマヨ焼き (魚、コーン、チーズ、塩、酒、マヨネーズ、パセリ) キャベツのおかか和え (きゅうり、人参、醤油、キャベツ、かつお節) 玉葱のすまし汁 (玉葱、人参、しめじ、卵、いりこ、塩、醤油、葱) フライドポテト (じゃが芋、油、塩、青のり) 牛乳	ロールパン 鬼さんハンバーグ (玉葱、合挽肉、パン粉、牛乳、塩、こしょう、卵、とんがりコーン、キャベツ、中濃ソース、ケチャップ) ポテトサラダ (コーン、じゃが芋、きゅうり、人参、ツナ、マヨネーズ、醤油) 豆乳スープ (豆乳、豆腐、人参、しめじ、白菜、玉葱、わかめ、コンソメ) 鬼まんじゅう (ミックス粉、卵、牛乳、さつま芋、砂糖) 牛乳	エビピラフ (米、エビ、コーン、人参、玉葱、パセリ、バター、塩、ベーコン、コンソメ、こしょう) 春雨スープ (春雨、人参、わかめ、玉葱、鶏がらだし、塩、醤油) 果物 菓子 		
	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
	ごはん 肉豆腐 (豆腐、牛肉、しめじ、人参、大根、いんげん、糸こんにゃく、油、砂糖、玉葱、醤油) 小松菜のごま和え (小松菜、人参、コーン、ごま、醤油) じゃが芋と卵のみそ汁 (じゃが芋、玉葱、人参、卵、わかめ、いりこ、みそ) ★マカロニの黒糖 かりんとう (マカロニ、黒糖、油、白ごま) 牛乳	カレーライス (米、豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、にんにく、油、生姜、カレールウ、醤油、グリーンピース) スティック野菜 (きゅうり、人参、マヨネーズ) 果物 シリアルヨーグルト (ヨーグルト、シリアル)	ごはん 魚の生姜煮 (魚、酒、砂糖、醤油、生姜、みりん) 三色和え (ほうれん草、もやし、ごま、人参、醤油) ニラ玉スープ (ニラ、卵、玉葱、白菜、鶏がらだし、醤油) 果物 さつま芋のレモン煮 (さつま芋、レモン、砂糖) 牛乳	ごはん 豚肉のみそ焼き (鶏肉、酒、みそ、醤油、ブロッコリー、油、マヨネーズ) 白菜の昆布和え (白菜、もやし、塩、胡椒、きゅうり、醤油) 豆腐のすまし汁 (葱、豆腐、玉葱、えのき、醤油、塩、いりこ) アーモンドケーキ (砂糖、卵、牛乳、ミックス粉、バター、アーモンドプードル) 牛乳	あんかけ焼きそば (焼きそば麺、豚肉、人参、ピーマン、玉葱、キャベツ、ごま油、醤油、こしょう、片栗粉、塩、鶏がらだし) さつま芋の含め煮 (さつま芋、人参、砂糖、醤油) 麩とえのきのみそ汁 (麩、えのき、豆腐、卵、人参、葱、いりこ、みそ) 果物 ゆかりおにぎり (米、ゆかり粉) 牛乳	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 建国記念の日 </div> 
	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
	ごはん 魚のムニエル (魚、酒、塩、小麦粉、バター) 金平ごぼう (人参、ごぼう、ごま、ピーマン、糸こんにゃく、油、砂糖、醤油) 白菜スープ (白菜、玉葱、人参、葱、春雨、鶏がらだし、醤油) 果物 揚げパン (ロールパン、油、グラニュー糖) 牛乳	塩ラーメン (中華麺、キャベツ、豚肉、玉葱、人参、もやし、葱、コーン、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、醤油、酒、みりん) ほうれん草のごま和え (ほうれん草、人参、ごま、醤油) 果物 焼きみそおにぎり (米、しらす、みそ、砂糖、酒) 牛乳	他人丼 (米、豚肉、玉葱、人参、葱、卵、油、みりん、醤油、砂糖) 小松菜のナムル (小松菜、人参、コーン、もやし、砂糖、酢、醤油、ごま、ごま油) さつま芋のみそ汁 (さつま芋、玉葱、人参、油揚げ、葱、いりこ、みそ) 黒糖まんじゅう (黒砂糖、小麦粉、あんこ、酒、ベーキングパウダー) 牛乳	ごはん 鶏ささみの天ぷら (鶏ささみ、梅干し、大葉、生姜、酒、塩、天ぷら粉、油) 切干大根の含め煮 (切干大根、干し椎茸、人参、さつま揚げ、砂糖、いんげん、醤油) 油あげのみそ汁 (小松菜、人参、玉葱、油揚げ、いりこ、みそ) ほうれん草蒸しパン (ほうれん草、牛乳、ミックス粉、粉チーズ) 牛乳	ごはん ポークビーンズ (豚肉、水煮大豆、玉葱、じゃが芋、ケチャップ、油、グリーンピース、人参、塩、トマト缶、砂糖、醤油、中濃ソース) ひじきのマヨ和え (人参、きゅうり、醤油、コーン、マヨネーズ、ひじき) きのこのすまし汁 (玉葱、えのき、しめじ、わかめ、人参、いりこ、塩、醤油) クッキー (小麦粉、砂糖、バター、マーガリン) 牛乳	二色丼 (米、鶏ミンチ、生姜、砂糖、みりん、酒、醤油、油、ほうれん草) 里芋のみそ汁 (里芋、玉葱、厚揚げ、人参、いりこ、みそ) 果物 菓子 
	20日(月)	21日(火) 誕生日会	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
	ごはん グリルチキン (鶏肉、ブロッコリー、塩、こしょう) ミルクおから (おから、豚挽肉、玉葱、人参、葱、酒、チーズ、牛乳、砂糖、醤油、油) あさりのみそ汁 (あさり、大根、人参、わかめ、みそ、いりこ) 果物 ピザトースト (食パン、玉葱、コーン、ピーマン、ケチャップ、ウインナー、チーズ) 牛乳	ごはん 豚肉じゃが (豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、醤油、砂糖、糸こんにゃく、干し椎茸、いんげん、油、酒) ごまマヨサラダ (人参、キャベツ、ごま、ハム、きゅうり、マヨネーズ) かきたま汁 (卵、えのき、玉葱、わかめ、塩、醤油、いりこ) トライフル (ミックス粉、卵、生クリーム、いちごソース、牛乳、いちご、カラースプレー) 牛乳	ごはん ししゃものカレー揚げ (天ぷら粉、ししゃも、カレー粉、油) ブロッコリーのコーン 和え (コーン、人参、ブロッコリー、醤油) 田舎スープ (鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱、干し椎茸、葱、にんにく、油、醤油、こしょう、鶏がらだし) 果物 フルーチェ (牛乳、フルーチェの素) クラッカー	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> 天皇誕生日 </div> 	ごはん 炒り豆腐 (豆腐、鶏ミンチ、竹輪、干し椎茸、玉葱、人参、卵、グリーンピース、砂糖、醤油、油) 即席和え (キャベツ、きゅうり、人参、醤油) チンゲン菜のみそ汁 (チンゲン菜、しめじ、玉葱、人参、麩、みそ、いりこ) 果物 芋もち (じゃが芋、片栗粉、スキムミルク、醤油、砂糖、バター) 牛乳	ハヤシライス (米、牛肉、しめじ、グリーンピース、油、玉葱、人参、にんにく、ハヤシルウ) キャベツスープ (キャベツ、わかめ、玉葱、春雨、こしょう、塩、コンソメ) 果物 菓子 
	27日(月)	28日(火)	<div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <h3>旬のほうれんそう</h3> <p>緑黄色野菜の代表ともいえる葉もの野菜で、一年中出回っていますが、栄養と甘みが増すのは寒い冬の時期です。中でもビタミンCの量は冬が夏の3倍もあります。アクがあるので下ゆでしてから調理すると、食べやすくなります。</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 栄養いっぱい とって おいしいよ~ </div>  </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; width: 100px; height: 100px; margin: 10px auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> リクエストメニュー ひまわり組さんのリクエストメニューを入れています。 ♡たらこスパゲティ ♡みたらし団子 </div> </div> <p style="text-align: right;">★印は新メニューです。</p> </div>			
	ごはん 豚肉の生姜煮 (豚肉、玉葱、酒、生姜、油、醤油) りんごのサラダ (砂糖、キャベツ、ブロッコリー、りんご、酢、油、塩) 豆腐のみそ汁 (豆腐、大根、人参、わかめ、みそ、いりこ) みかんゼリー (寒天、オレンジジュース、砂糖、みかん) クラッカー	ごはん 魚のごまみそ焼き (魚、みそ、砂糖、醤油、みりん、生姜、ごま) もやしのじゃこサラダ (もやし、きゅうり、ごま、わかめ、しらす、人参、砂糖、酢) ポテトスープ (じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、コンソメ、パセリ、醤油) ♡みたらし団子 (白玉粉、豆腐、砂糖、醤油、片栗粉) 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。