



2月の献立表



令和 3年 2月 みなと子ども園

1(月)	2(火)節分会	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
ご飯・あじの塩焼き・わかめのごま酢和え 具だくさんみそ汁・果物(りんご) ☆米 ☆アジ 塩 ☆わかめ キャベツ 人参 きゅうり しらす干し ☆ごま 砂糖 酢 醤油 ☆玉葱 大根 かぼちゃ 油揚げ ほうれん草 人参 しめじ みそ 煮干し	手巻き寿司・鬼さんハンバーグ なめこのすまし汁 ☆米 酢 塩 三温糖 きゅうり カニカマ だし巻き卵 ☆合ミチ 玉葱 バン粉 卵 牛乳 油 キャベツ ケチャップ たらこ コーン ☆なめこ 玉葱 わかめ 煮干し 塩 醤油 葱	梅風味塩ラーメン・あさりのしぐれ煮 焼きししやも・果物(みかん) ☆中華麺 キャベツ 長ねぎ 大葉 鶏肉 梅干し コーン缶 ごま油 鶏がらだし 塩 だし コソメ ☆あさり水煮 ごぼう さやいんげん 生姜 三温糖 椎茸 醤油 酒 みりん ☆ししやも	ご飯・豆腐の五目あんかけ レバーの甘辛煮・じゃが芋のすまし汁 ☆米 ☆豆腐 干し椎茸 鶏肉 玉葱 人参 三温糖 みりん 酒 醤油 片栗粉 さやえんどう ☆鶏レバー にんにく 生姜 醤油 三温糖 酒 ☆じゃが芋 玉葱 人参 葱 煮干し 醤油 塩	ご飯・魚の竜田揚げ 切干大根のサラダ・卵入りみそ汁 ☆米 ☆サバ 片栗粉 醤油 酒 みりん にんにく 生姜 ☆切干大根 ほうれん草 人参 シーチキン ごま 醤油 三温糖 酢 ☆玉葱 卵 葱 煮干し みそ	二色丼・さつま芋のみそ汁・果物(りんご) ☆米 鶏ミンチ 酒 生姜 三温糖 醤油 ほうれん草 刻みのり ☆さつま芋 えのき 玉葱 人参 葱 煮干し みそ
ポンドケーキ・牛乳 ☆ミックス粉 白玉粉 スキムミルク 粉チーズ 油 ☆油	恵方ロール・牛乳 ☆食パン いちごジャム ☆牛乳	焼きおにぎり・チーズ ☆米 ごま しらす干し 醤油 みそ 三温糖 酒 みりん ☆チーズ	マドレーヌ・牛乳 ☆ミックス粉 バター 卵 三温糖 牛乳 ☆牛乳	人参団子・牛乳 ☆白玉粉 おろし人参 きな粉 三温糖 塩 ☆牛乳	お菓子・牛乳 ☆せんべい ☆牛乳
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
ご飯・鶏肉のマーメレード煮 マカロニサラダ・クリームシチュー ☆米 ☆鶏肉 マーメレード 酒 醤油 油 にんにく 三温糖 ☆マカロニ きゅうり 人参 ハム マヨネーズ ☆ベーコン じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 油 小麦粉 牛乳 マーガリン コンソメ 塩 こしょう	ご飯・さばの生焼き♥厚揚げと豆苗のさっぱりサラダ 切干大根とさつま芋のみそ汁 ☆米 ☆さば 生姜 三温糖 醤油 みりん 酒 ☆厚揚げ 豆腐 醤油 酢 ごま油 三温糖 ☆切干大根 さつま芋 えのき 人参 葱 煮干し みそ	かきあげうどん・ひじき煮・果物(りんご) ☆うどん えび 玉葱 人参 ごぼう 葱 小麦粉 しらす干し 塩 油 かつお・昆布だし 醤油 ☆ひじき 人参 つきこんにやく さつま揚げ 三温糖 醤油 みりん さやいんげん	建国記念の日 	ご飯・豆腐のおやき・きゅうりとかぶの酢の物 あさりのスープ・果物(みかん) ☆米 ☆豆腐 おから シーチキン 葱 バン粉 卵 バン粉 スキムミルク ケチャップ ☆きゅうり かぶ 酢 三温糖 塩 ☆キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 あさり水煮 塩 醤油 コンソメ	チキンライス・野菜スープ・果物(バナナ) ☆米 鶏肉 人参 玉葱 コンソメ ケチャップ バター 塩 こしょう ☆キャベツ 人参 さつま芋 玉葱 コンソメ 塩 醤油
もちぢが・牛乳 ☆もち 餃子の皮 のり 三温糖 醤油 チーズ ☆牛乳	ヨーグルト・豆乳ウエハース ☆ヨーグルト ☆豆乳ウエハース	菜飯おにぎり・チーズ ☆米 菜飯ふりかけ ☆チーズ	あんかけ焼きそば・ひじきのナムル 卵とコーンのスープ・果物(みかん) ☆中華麺 豚肉 エビ 白菜 玉葱 人参 ビーマン 筍 ごま油 醤油 塩 こしょう 片栗粉 鶏がらだし ☆きゅうり ひじき 人参 ごま油 酢 三温糖 鶏がらだし 塩 ☆クリームコーン缶 玉葱 卵 葱 塩 鶏がらだし	ほうれん草蒸しパン・牛乳 ☆ミックス粉 牛乳 ほうれん草 卵 ☆牛乳	お菓子・牛乳 ☆バターケーキ ☆牛乳
15(月)誕生会	16(火)あそびまじょうの会	17(水)	18(木)	19(金)一休タイム	20(土)
ご飯♥丸ごとエビ春巻き コールスローサラダ・かぼちゃスープ ☆米 ☆えび 春巻きの皮 大葉 チーズ 油 片栗粉 ☆キャベツ 人参 コーン缶 マヨネーズ 酢 ☆おろしかぼちゃ 玉葱 クリームコーン缶 ベーコン パセリ 塩 こしょう コンソメ 牛乳	ご飯・魚のあけぼの焼き ミルクおから・五目みそ汁・果物(みかん) ☆米 ☆パトウ 人参 マヨネーズ 塩 こしょう ☆豚ミンチ 人参 玉葱 おから 葱 チーズ 油 三温糖 塩 醤油 牛乳 ☆ごぼう 人参 玉葱 小松菜 油揚げ 煮干し みそ	菜飯おにぎり・チーズ ☆米 菜飯ふりかけ ☆チーズ	あんかけ焼きそば・ひじきのナムル 卵とコーンのスープ・果物(みかん) ☆中華麺 豚肉 エビ 白菜 玉葱 人参 ビーマン 筍 ごま油 醤油 塩 こしょう 片栗粉 鶏がらだし ☆きゅうり ひじき 人参 ごま油 酢 三温糖 鶏がらだし 塩 ☆クリームコーン缶 玉葱 卵 葱 塩 鶏がらだし	ご飯・塩麻婆豆腐・きゅうりの中華和え きのこのすまし汁 ☆米 ☆豆腐 たけのこ 干し椎茸 長ねぎ たら 片栗粉 ごま油 ごま油 生姜 にんにく 豚ミンチ 塩 薄口醤油 ☆きゅうり ごま ごま油 三温糖 醤油 酢 ☆玉葱 えのき 椎茸 しめじ 葱 煮干し 塩 醤油	スタミナ納豆丼・具だくさんすまし汁 果物(バナナ) ☆米 納豆 醤油 鶏ミンチ にんにく 生姜 ごま油 葱 三温糖 酒 ☆ごぼう じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 葱 塩 煮干し 醤油
フルーツパフェ ☆白桃缶 黄桃缶 みかん缶 アイスクリーム コーンフレーク バナナ バイン缶	豆腐ブラウニー・牛乳 ☆豆腐 ミックス粉 ココア 三温糖 牛乳 油 ☆牛乳	マカロニあべ川・牛乳 ☆マカロニ きな粉 三温糖 塩 ☆牛乳	梅おにぎり・チーズ ☆米 梅干し ☆チーズ	さつま芋とりんごの重ね煮・牛乳 ☆さつま芋 りんご レーズン バター 三温糖 レモン汁 ☆牛乳	お菓子・牛乳 ☆ビスケット ☆牛乳
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
わかめご飯・肉豆腐・甘酢和え 白菜のみそ汁 ☆米 ☆牛肉 油 しらす 人参 しめじ 大根 いんげんまめ 豆腐 三温糖 醤油 ☆もやし 人参 きゅうり ひじき みかん缶 酢 塩 醤油 三温糖 ☆白菜 人参 椎茸 葱 煮干し みそ	天皇誕生日 	ドライカレー・スティック野菜・果物(りんご) ☆米 合ミチ 玉葱 人参 レーズン カレールウ 油 醤油 にんにく ☆きゅうり 人参 大根 マヨネーズ	ご飯・魚の香味焼き・ほうれん草のコーン和え ♥冬野菜のミネストローネ ☆米 ☆パトウ 塩 こしょう にんにく 粉チーズ バン粉 パセリ オリーブ油 ☆ほうれん草 人参 コーン缶 醤油 ☆ベーコン 人参 大根 長葱 じゃが芋 マカロニ パセリ 油 コンソメ トマト缶 チーズ にんにく	シーフードスパゲティ 白菜とみかんのサラダ・コーンスープ ☆スパゲティ えび いか ベーコン あさり水煮 玉葱 人参 しめじ にんにく 油 ケチャップ 三温糖 塩 コンソメ ☆白菜 きゅうり みかん缶 レーズン 油 酢 塩 こしょう ☆玉葱 コーン缶 クリームコーン缶 パセリ 塩 コンソメ	中華丼・中華スープ・果物(バナナ) ☆米 豚肉 いか 白菜 たけのこ 玉葱 人参 干し椎茸 ビーマン ごま油 生姜 にんにく コンソメ 醤油 塩 片栗粉 ☆豆腐 えのき 人参 塩わかめ 鶏がらだし 塩 醤油
ツナコーンピザ・牛乳 ☆食パン コーン缶 シーチキン 玉葱 マヨネーズ チーズ ☆牛乳	黒ごまかりんとう・牛乳 ☆小麦粉 黒砂糖 油 黒ごま ごま油 ☆牛乳	フルーチェ・豆乳ウエハース ☆フルーチェ 牛乳 ☆豆乳ウエハース	ひじきおにぎり・チーズ ☆米 ひじき ごぼう 干し椎茸 鶏肉 油揚げ しらす干し 薄口醤油 ☆チーズ	お菓子・牛乳 ☆甘辛せんべい ☆牛乳	

節分の豆を数えてみましょう



節分には年の数だけ豆を食べる風習があります。自分の年の数だけ豆を食べますが、数え年(生まれた年を一歳とする数え方)の数を食べることもあります。多く食べることは「来年も健康でいられるように」という願いも込められています

(いただきます ごちそうさま 参照)



食育活動

- ・ラップおにぎり(ばら組、ふじ組、さくら組)
- ・手巻き寿司(ばら組、ふじ組、さくら組)
- ・野菜の皮むき(うめ組、ふじ組)



厚揚げと豆苗のさっぱりサラダ

9日(火)の新メニュー、厚揚げと豆苗のさっぱりサラダは、給食室の管理栄養士・下岡先生が考えたレシピです☆クックパッド公式キッチン「浜田市びびびくん食堂」にも掲載されています。ぜひ、ご家庭でも作ってみてください♡

【今月の食育のテーマ】

・よく噛んでバランスよく食べましょう。

お知らせ

◎3歳児未満は午前中のおやつ(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事があります。

♡マークは新メニューです。

