

2月の献立表

令和5年2月 みなと子ども園

嫌いなものがある場合		1(水)	2(木)	3(金)節分会	4(土)
<p>子どもの好き嫌いは悩ましいですが、味だけでなく、におい、食感、色など、その子によって嫌いな理由は違います。今は食べられなくても、成長するにつれ克服できることもありますし、調理法や味つけの工夫で食べやすくすることもできます。楽しい経験から好きなものになる場合もあるので、ゆっくり取り組んでいきましょう。</p> <p>いただきます ごちそうさま引用</p> 		<p>ご飯・グリルチキン・ミルクおから 厚揚げのどろみ汁</p> <p>☆米 ☆鶏肉 塩 こしょう ☆豚挽肉 人参 玉葱 おから チーズ 油 砂糖 塩 醤油 牛乳 ☆厚揚げ やし 人参 葱 えのき 片栗粉 煮干し 塩 醤油</p> <p>◎レーズン蒸しパン・牛乳 ☆ミックス粉 牛乳 おろし人参 レーズン 脱脂粉乳 ☆牛乳</p>	<p>ご飯・炒り豆腐・ほうれん草のゴマ和え キャベツのみそ汁</p> <p>☆米 ☆豆腐 いたけ 鶏挽肉 玉葱 人参 卵 竹輪 葱 油 砂糖 醤油 ☆ほうれん草 ごま 人参 やし 醤油 ☆キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱</p> <p>フルーツゼリー・牛乳 ☆寒天 みかん 缶 白桃缶 砂糖 黄桃缶 ☆牛乳</p>	<p>ロールパン・鬼さんハンバーグ 具だくさんスープ・果物(いちご)</p> <p>☆ロールパン ☆合挽肉 玉葱 片栗粉 油 キャベツ ケチャップ とんがわりコーン 豆腐 豆乳 塩 こしょう ☆鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 白菜 しめじ 塩 醤油 コンソメ</p> <p>手巻き寿司(幼児組)ちらし寿司(乳児組) ☆米 酢 塩 砂糖 マヨネーズ ツナ きゅうり 卵 焼きのり ☆牛乳</p>	<p>炊き込みご飯・大根のすまし汁 果物(バナナ)</p> <p>☆米 鶏肉 ごぼう 人参 しめじ さつま揚げ 薄口醤油 ☆大根 玉葱 いたけ 葱 油揚げ 煮干し 塩 醤油</p> 
<p>6(月)</p> <p>ご飯・鶏肉じゃが・白菜のおかか和え 南瓜のみそ汁</p> <p>☆米 ☆鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 したき 油 砂糖 醤油 ☆白菜 かつお節 醤油 キャベツ 人参 ☆南瓜 玉葱 人参 油揚げ 葱 みそ 煮干し</p> <p>◎しらすピザ・牛乳 ☆ピザ生地 チーズ しらす干し マヨネーズ ☆牛乳</p>	<p>7(火)</p> <p>ご飯・ポークビーンズ 小松菜とあさりのごま和え・もやしのすまし汁</p> <p>☆大豆水煮 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 トマト缶 ケチャップ 油 塩 砂糖 醤油 ☆小松菜 あさり 人参 醤油 ごま ☆もやし しめじ 人参 葱 えのき 煮干し 醤油</p> <p>♥大根もち・牛乳 ☆大根 葱 さくらえび 白玉粉 昆布 ごま油 酢 醤油 砂糖 ☆牛乳</p>	<p>8(水)</p> <p>ご飯・パトフライ・パンサンスー さつま芋のみそ汁</p> <p>☆米 ☆パト 塩 こしょう 天ぷら粉 パン粉 油 ソース ☆春雨 きゅうり 人参 ツナ ごま 酢 砂糖 醤油 ごま油 ☆ さつま芋 えのき 玉葱 人参 葱 煮干し みそ</p> <p>カルシウムラスク・牛乳 ☆食パン 粉チーズ グラニュー糖 ごま 青のり マーガリン ☆牛乳</p>	<p>9(木)クッキー作り(うめ組・ばら組)</p> <p>ご飯・豆腐のあんかけ・小松菜の和え物 ふのみそ汁</p> <p>☆豆腐 牛肉 生姜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 油 いんげん 玉葱 人参 ☆もやし 小松菜 人参 醤油 ☆ふ 玉葱 えのき 人参 みそ 煮干し 葱</p> <p>手作りクッキー・牛乳 ☆小麦粉 バター 砂糖 マーガリン ☆牛乳</p> 	<p>10(金)しめじさき(もも組)</p> <p>焼きそば・ごまマヨサラダ・あさりのスープ</p> <p>☆焼きそば 豚肉 玉葱 人参 ビーマン キャベツ 油 こしょう 塩 ソース 青のり ☆もやし 人参 ハム きゅうり ごま マヨネーズ ☆あさり 人参 玉葱 大根 しめじ 塩 醤油 コンソメ パセリ</p> <p>ひじきおにぎり・牛乳 ☆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 ☆牛乳</p>	<p>11(土)</p> <p>建国記念の日</p> 
<p>13(月)</p> <p>◎カレーライス・かみかみサラダ</p> <p>☆米 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 油 カレーウ にんにく ☆きゅうり 人参 大根 さきいか ごま 酢 醤油</p> 	<p>14(火)</p> <p>ご飯・◎鮭の西京焼き・◎キャベツの塩っぺ和え 豆腐のすまし汁</p> <p>☆米 ☆さけ みそ 酒 醤油 みりん 砂糖 ☆キャベツ 小松菜 人参 塩昆布 醤油 ☆豆腐 白菜 えのき 塩わかめ 醤油 煮干し 塩</p> <p>♡キャベツ・牛乳 ☆大根 葱 さくらえび 白玉粉 昆布 ごま油 酢 醤油 砂糖 ☆牛乳</p>	<p>15(水)</p> <p>◎肉うどん・じゃが芋のそぼろ煮 きゃべつの和え物・果物(みかん)</p> <p>☆うどん 牛肉 玉葱 かまぼこ 人参 葱 醤油 塩 みりん かつお節 昆布 ☆豚挽肉 じゃが芋 人参 醤油 砂糖 ☆キャベツ 醤油 きゅうり</p> <p>さけおにぎり・牛乳 ☆米 サケフレーク ☆牛乳</p> 	<p>16(木)誕生日会</p> <p>マーボー丼・◎レバーの甘辛煮 中華スープ</p> <p>☆米 豆腐 合挽肉 にんにく 生姜 玉葱 人参 干し椎茸 葱 みそ 砂糖 片栗粉 ごま油 醤油 鶏がらだし ☆鶏レバー にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ☆人参 玉葱 人参 さつま芋 えのき 油揚げ 煮干し 塩 醤油 鶏がらだし</p> <p>南瓜のチーズケーキ ☆クリームチーズ 南瓜 ホイップクリーム グラニュー糖 卵 小麦粉</p> 	<p>17(金)</p> <p>わかめご飯・豚肉の味噌だれ焼き もやしの和え物・具だくさん汁・果物(みかん)</p> <p>☆米 わかめ ぶりかけ ☆豚肉 油 にんにく みそ 酒 ごま 醤油 砂糖 みりん ☆もやし 小松菜 人参 コーン缶 醤油 ☆玉葱 人参 さつま芋 えのき 油揚げ 煮干し 塩 醤油 チンゲン菜</p> <p>じゃが丸くん・牛乳 ☆じゃが芋 片栗粉 バター 味付けのり ☆牛乳</p>	<p>18(土)</p> <p>ピラフ・コーンスープ・果物(バナナ)</p> <p>☆米 鶏挽肉 人参 玉葱 コーン缶 塩 こしょう コンソメ パセリ マヨネーズ ☆玉葱 コーン缶 クリームコーン缶 えのき 白菜 塩 コンソメ</p> 
<p>20(月)</p> <p>ご飯・豚大根・ひじきの華風和え 小松菜のみそ汁</p> <p>☆米 ☆豚肉 大根 人参 油 板こんにゃく 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 ☆ひじき 醤油 人参 コーン缶 ハム きゅうり ごま ごま油 酢 ☆小松菜 玉葱 人参 塩わかめ 煮干し みそ</p> <p>お好み焼き・牛乳 ☆小麦粉 B・P 豚肉 いか キャベツ 牛乳 長芋 卵 マヨネーズ かつお節 青のり ソース ☆牛乳</p>	<p>21(火)</p> <p>ご飯・厚揚げの味噌炒め・大根サラダ かきたま汁</p> <p>☆米 ☆厚揚げ 豚肉 筍 水煮 椎茸 人参 玉葱 ビーマン 油 砂糖 みそ 醤油 ☆大根 きゅうり 人参 ツナ マヨネーズ ごま 醤油 ☆玉葱 人参 じゃが芋 卵 葱 醤油 煮干し 塩</p> <p>みかんゼリー・牛乳 ☆みかん缶 砂糖 寒天 ☆牛乳</p>	<p>22(水)</p> <p>シーフードスパゲティー ポテトサラダ・果物(みかん)</p> <p>☆スパゲティー えび いか ベーコン あさり 玉葱 人参 しめじ にんにく 油 ケチャップ 塩 コンソメ 砂糖 ☆南瓜 じゃが芋 きゅうり チーズ ツナ マヨネーズ 塩 こしょう</p> <p>カルシウムおにぎり・牛乳 ☆米 さくらえび しらす干し かつお節 塩わかめ ごま ごま油 醤油 酒 ☆牛乳</p>	<p>23(木)</p> <p>天皇誕生日</p> 	<p>24(金)</p> <p>ご飯・さばの梅煮 切干大根の含め煮・なめこのみそ汁</p> <p>☆米 ☆さば 生姜 砂糖 醤油 酒 梅干し ☆切干大根 人参 さつま揚げ いんげん 砂糖 醤油 ☆なめこ 玉葱 人参 えのき みそ 煮干し</p> <p>さつま芋のりんご煮・牛乳 ☆さつま芋 りんご レーズン りんごジュース ☆牛乳</p>	<p>25(土)</p> <p>ハヤシライス・白菜のスープ・果物(バナナ)</p> <p>☆米 牛肉 玉葱 しめじ 人参 ハヤシルウ 油 ☆白菜 人参 椎茸 醤油 鶏がらだし 塩</p> 
<p>27(月)埼玉フェス</p> <p>ご飯・鶏肉のマーメイド煮♥さつま芋のごま和え 白菜のみそ汁・果物(みかん)</p> <p>☆米 ☆鶏肉 マーメイド 酒 醤油 油 にんにく 砂糖 ☆さつま芋 ごぼう 人参 いんげん 竹輪 レーズン 醤油 ごま ☆白菜 人参 椎茸 葱 煮干し みそ</p> <p>和風豆乳ゼリー・豆乳ウエハース ☆牛乳 寒天 砂糖 豆乳 黒砂糖 きな粉 ☆豆乳ウエハース</p> 	<p>28(火)一休タイム(ふじ組)</p> <p>ご飯・◎鮭の塩焼き・納豆和え わかめのみそ汁</p> <p>☆米 ☆さけ 塩 ☆納豆 ほうれん草 もやし 人参 醤油 のり ☆塩わかめ みそ 玉葱 葱 えのき 煮干し 人参</p> <p>フルーツサンド・牛乳 ☆ホイップクリーム バナナ 食パン グラニュー糖 ☆牛乳</p>	<p>さくら組のリクエストメニュー</p> <p>給食とおやつのリクエストメニューを2月・3月に入れて いきたいと思えます。 ◎印をつけてます。</p> 	<p>子どものおやつ講座 おやつで栄養 カルシウムや鉄分など、食事で不 足しがちな栄養を補うため、乳製 品、小魚、いも類、果物などを取り 入れましょう。</p> <p>いただきます ごちそうさま引用</p> 	<p>2月の食育テーマ 4つのお皿を知らう part2</p>	<p>2月の食育活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3日… 恵方巻作り(ばら、ふじ、さくら組) ・9日… クッキー作り(うめ、ばら組) ・10日… しめじさき(もも組) ・28日… 一休タイム(ふじ組) ・ラップおにぎり(ばら、ふじ、さくら組)

・3歳未満は午前のおやつ(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。・♥は新メニューです。