



2月献立表



令和3年2月発行

ながさわ子ども園

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	塩焼きそば 焼きそば麺、豚肉、イカ、玉葱、人参、ピーマン、きゃべつ、油、鶏がらだし、塩 ポテトサラダ じゃが芋、きゅうり、人参、チーズ、ツナ、塩、こしょう、マヨネーズ、スキムミルク かぶのスープ かぶ、しめじ、玉葱、グリーンピース、塩、コンソメ 三色おにぎり 米、サケフレーク、ゆかり粉、菜飯ふりかけ チーズ	スタミナ納豆丼 米、納豆、醤油、豚ミンチ、にんにく、生姜、ごま油、葱、砂糖、酒 小松菜のお浸し 小松菜、人参、醤油、白菜、葱、かつお節、昆布 冬野菜のあったか味噌汁 豆腐、大根、人参、白菜、葱、味噌、いりこ みかん ★米粉ドーナツ 米粉、片栗粉、B.P、豆腐、砂糖、油 牛乳	鬼さんライス 米、ケチャップ、玉葱、卵、じゃが芋、海苔、チーズ 豆サラダ 枝豆、大豆、ウィンナー、コーン、人参、醤油、塩、砂糖、オリーブ油、レモン けんちん汁 鶏肉、人参、里芋、大根、ごぼう、こんにゃく、油揚げ、葱、片栗粉、醤油、塩、いりこ バナナ 鬼さんまんじゅう ミックス粉、卵、牛乳、砂糖、さつま芋 牛乳	ご飯 ★鶏とおからはみだし揚げ(かみかみデー) 鶏ミンチ、おから、人参、生姜、ごぼう、片栗粉、醤油、油、かつお節、昆布、みりん、酒、ブロッコリー 切り干し大根の含め煮 切り干し大根、さつま揚げ、人参、いんげん、砂糖、醤油 南瓜の味噌汁 南瓜、玉葱、葱、えのき、味噌、いりこ ヨーグルト和え ヨーグルト、黄桃、みかん、バナナ	ご飯 魚のおろし煮 サバ、大根、醤油、砂糖、生姜、きゃべつ ほうれん草のごま和え ほうれん草、もやし、人参、ごま、醤油 さつま芋の味噌汁 さつま芋、玉葱、葱、油揚げ、味噌、いりこ みかん 野菜チップス ごぼう、片栗粉、塩、みりん、れんこん、油 牛乳	炊き込みご飯 米、鶏肉、人参、ごぼう、ひじき、薄口醤油 きゃべつ味噌汁 きゃべつ、人参、椎茸、いりこ、味噌 オレンジ菓子
おやつ						
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	★トマトクリームスパゲティ スパゲティ、玉葱、にんにく、ツナ、オリーブ油、トマト缶、コンソメ、牛乳、パセリ コールスローサラダ きゃべつ、きゅうり、パインナップル、レズン、油、酢、塩、こしょう わかめスープ わかめ、玉葱、椎茸、コンソメ、塩 きな粉団子 白玉粉、きな粉、砂糖、塩 牛乳	ご飯 肉豆腐 豆腐、牛肉、こんにゃく、人参、大根、しめじ、いんげん、油、砂糖、醤油 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー、かつお節、醤油 じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉葱、人参、油揚げ、いりこ、味噌 かりんとう 小麦粉、B.P、砂糖、塩、油 牛乳	ご飯 魚のピカタ サケ、塩、卵、小麦粉、葱、チーズ、油、ブロッコリー 金平ごぼう ごぼう、人参、こんにゃく、砂糖、醤油、ごま、ごま油 おつゆふの味噌汁 おつゆふ、玉葱、えのき、葱、味噌、いりこ みかん 芋もち じゃが芋、片栗粉、塩、スキムミルク 牛乳	建国記念の日 	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き 豚肉、酒、味噌、砂糖、ごま、ブロッコリー さつま芋の含め煮 さつま芋、人参、砂糖、醤油 なめこのすまし汁 なめこ、玉葱、わかめ、いりこ、塩、醤油 バナナホットケーキ ミックス粉、牛乳、バター 牛乳	五目寿司 米、酢、砂糖、塩、人参、ごぼう、エビ、椎茸、醤油、キヌサヤ 玉葱のすまし汁 玉葱、人参、きゃべつ、椎茸、醤油、塩、いりこ りんご菓子
おやつ						
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	焼うどん うどん、豚肉、玉葱、人参、きゃべつ、椎茸、かまぼこ、ピーマン、油、醤油、みりん、海苔 大根の酢の物 大根、しらす干し、塩、酢、砂糖 卵豆腐のすまし汁 卵豆腐、玉葱、えのき、葱、醤油、塩、いりこ バナナ ごま節おにぎり 米、押し麦、かつお節、ごま、塩、醤油、ごま油 牛乳	ご飯 ★魚の南蛮揚げ サバ、塩、こしょう、小麦粉、油、酢、みりん、醤油、砂糖、ケチャップ、ソース、レモン、トマト 即席漬け きゃべつ、人参、醤油、塩 豆乳スープ さつま芋、人参、白菜、ウィンナー、しめじ、豆乳、塩、コンソメ ソーセージパイ パイ生地、ソーセージ 牛乳	スマイルカレー 米、押し麦、鶏肉、人参、玉葱、南瓜、じゃが芋、カレールウ、油、酒、チーズ、グリーンピース スティック野菜 きゅうり、人参、大根、マヨネーズ、味噌、砂糖 オレンジプリン 牛乳、卵、グラニュー糖	ご飯 麻婆豆腐 豆腐、豚ミンチ、椎茸、玉葱、葱、人参、生姜、にんにく、ごま油、油、味噌、醤油、砂糖、酒、鶏がらだし パンサンスー 春雨、人参、ツナ、きゅうり、砂糖、醤油、酢、ごま油、ごま 中華スープ チンゲン菜、玉葱、あさり、もやし、塩、鶏がらだし 人参蒸しパン ミックス粉、牛乳、人参、レーズン 牛乳	ご飯 筑前煮 鶏肉、じゃが芋、人参、れんこん、ごぼう、椎茸、筍、こんにゃく、キヌサヤ、醤油、砂糖、油 ほうれん草の磯和え ほうれん草、人参、海苔、醤油 フワフワ味噌汁 卵、玉葱、おつゆふ、いりこ、味噌 ★おからせんべい おから、上新粉、桜エビ、ごま、青のり、砂糖、塩 牛乳	ピラフ 米、ウィンナー、人参、コーン、ピーマン、玉葱、コンソメ、バター、塩 コンソメスープ 人参、玉葱、しめじ、塩、コンソメ オレンジ菓子
おやつ						
	22日(月) 誕生会	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	ご飯 魚のムニエル バトウ、塩、こしょう、小麦粉、バター、トマト、じゃが芋、油 ミルクおから おから、豚ミンチ、人参、葱、玉葱、チーズ、牛乳、砂糖、塩、醤油、油 春雨スープ 春雨、玉葱、しめじ、白菜、塩、醤油、鶏がらだし ココアロールケーキ 小麦粉、卵、グラニュー糖、生クリーム、ココア 牛乳	天皇誕生日 	ご飯 豚肉の生姜煮 豚肉、生姜、醤油、砂糖、酒、ブロッコリー ごまネーズサラダ 大根、きゅうり、人参、ごま、マヨネーズ、醤油、塩 貝だくさん味噌汁 さつま芋、玉葱、人参、豆腐、しめじ、白菜、ごぼう、いりこ、味噌 りんごケーキ りんご、小麦粉、B.P、卵、砂糖、マーガリン、レーズン 牛乳	ラーメン 中華麺、焼豚、玉葱、人参、きゃべつ、コーン、鶏がらだし、醤油、塩、いりこ、葱、ごま油、生姜、にんにく 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 ブロッコリーの甘酢和え ブロッコリー、人参、砂糖、醤油、酢 わかめおにぎり 米、押し麦、わかめふりかけ 牛乳	ロールパン 豆腐グラタン 豆腐、ほうれん草、玉葱、しめじ、パプリカ、バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、パン粉、チーズ 白菜のゆかり和え 白菜、人参、ゆかり、醤油 オニオンスープ 玉葱、白菜、パセリ、コンソメ、塩 オレンジ 南瓜まんじゅう 小麦粉、南瓜、B.P、砂糖、こしあん 牛乳	中華丼 米、豚肉、椎茸、白菜、玉葱、人参、筍、片栗粉、鶏がらだし、にんにく、生姜、塩、醤油 ポテトスープ じゃが芋、しめじ、玉葱、パセリ、塩、コンソメ りんご菓子
おやつ						

節分の縁起の良い食べ物

節分は鬼退治の豆まき、今では定番として食べられている恵方巻や福豆といった節分ならではの食べ物もありますが、他にもいわしやくじら、そば、こんにゃく、けんちん汁といったものもあります。

恵方巻き・・・その年の縁起の良い方向で願いごとをしながらしゃべらず(話すとか縁起が逃げる)食べる。

福豆・・・エネルギーを補給して健康に生活できるように。

イワシ・・・食べることにより体の邪気を払う。

こんにゃく・・・「胃のほうき」「砂おろし」とよばれ、体内の掃除目的。

クジラ・・・大きい物を食べると縁起が良い。

そば・・・厄を断ち切る、健康祈願、運氣向上。

けんちん汁・・・冬の行事で食べることが多いことから節分でも食べられるようになりました。

このように節分の食べ物にはたくさんの願いが込められています。おうちの方でも一緒に食べてみてください。

●3歳未満児のみ午前のおやつに牛乳(100ml)を飲みます。

●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。

★印は新しいメニューです。

