

# 2021年 2月給食献立予定表 すみれ保育園

日曜	主食	副食	主な材料	おやつ	主な材料
1月	ごはん	磯辺つくね 春雨ソテー たくあん みそ汁	鶏ひき肉 玉葱 人参 青のり 春雨 キヤベツ 人参 大根 ほうれん草 玉葱 人参	ラスク ずるめ くだもの 牛乳	食パンのみみ きな粉 りんご
2火	恵方巻	焼魚 温野菜/たくあん けんちん汁	鶏ひき肉 ごぼう 人参 ほうれん草 干しいたけ 大根 丸干いわし ブロッコリー / 大根 大根 里芋 ごぼう 人参 糸こんにゃく 豆腐 長葱	鬼まんじゅう 昆布 くだもの 牛乳	小麦粉 さつま芋 いよかん
3水	ごはん	みそかつ キヤベツ 煮もの 五目汁	豚中肉 みそ パン粉 小麦粉 キヤベツ 大根 人参 昆布 白菜 玉葱 チンゲン菜 えのき 人参	ふかし芋 小魚 くだもの 牛乳	じゃが芋 りんご
4木	ごはん	焼魚 切り大根の煮もの 白和え みそ汁	ホック 切り干し大根 ごぼう 人参 いんげん 糸こんにゃく ほうれん草 キヤベツ 人参 豆腐 みそ ごま 白菜 玉葱 人参 わかめ	にらせんべい かわはぎ くだもの 牛乳	小麦粉 にら みそ いよかん
5金	人参 ごはん	おでん風煮もの おおか和え/たくあん みそ汁	人参 ウインズテック 厚揚げ 大根 人参 じゃが芋 昆布 ブロッコリー けずり節 / 大根 キヤベツ 玉葱 人参	フランスパン チーズ くだもの 牛乳	りんご
6土	土曜保育		そうめん 小麦粉 スープ キヤベツ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 牛乳	りんご
8月	ごはん	焼肉 キヤベツ マカロニサラダ みそ汁	鶏肉 玉葱 りんご 生姜 キヤベツ マカロニ ブロッコリー 人参 豆乳 酢 ごま 白菜 チンゲン菜 玉葱 人参	焼き芋 昆布 くだもの 牛乳	さつま芋 ポシカン
9火	ごはん	肉じゃが しらす和え たくあん みそ汁	豚小間肉 じゃが芋 玉葱 人参 白滝 キヤベツ ほうれん草 人参 しらす 大根 豆腐 長葱 わかめ	ねじり棒 小魚 くだもの 牛乳	さつま芋 小麦粉 バター りんご
10水	うどん	天ぷら おおか和え 肉スープ	さつま芋 / 玉葱 人参 ピーマン 小女子 ブロッコリー 人参 けずり節 豚小間肉 ごぼう 人参 長葱	おにぎり たくあん くだもの 麦茶	米 十五穀米 大根 ポシカン
12金	鮭 ごはん	五目きんぴら 磯香和え ワタシンスープ	塩鮭 れんこん 人参 ピーマン 糸こんにゃく さつまあげ ブロッコリー 人参 焼のり 豚ひき肉 ワタシンの皮 にら 長葱 人参 しめじ	ジャムパン チーズ くだもの 牛乳	食パン いちごジャム りんご
13土	土曜保育		そうめん 小麦粉 スープ キヤベツ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 牛乳	りんご

※献立は変更になる場合もあります。

今年、12月24年ぶりに節分が2月2日です。冬から春へ季節が始まる節目の日(立春の前日)。豆まきをして、無病息災を祈ります。季節の変わり目には、天候が不安定なため病気にかかりやすくなり、悪い鬼(病気)も追いかけてきます。節分の日は、恵方巻を食べます。



焼嗅(やいかがし)  
戸口に、いわしの頭やひいらぎをさします。  
・いわし臭みで鬼が近づかないように。  
・ひいらぎの葉のとげで鬼の目を刺して家の中への侵入を防ぐために。



鬼まんじゅう  
おやつレシピ  
鬼まんじゅう 2つ生地を食べやすい大きさに分けて、蒸し器でふかしてください。  
材料 10個分位(作り方)  
・小麦粉 150g 1. さつま芋は皮つきのまま、1cm角の角切りにし、水にさらす。  
・さつま芋 150g 2. 小麦粉に三温糖、ベーキングパウダーを混ぜる。  
・三温糖 30g 3. 合わせて/を加え水を入れて混ぜる。  
・ベーキングパウダー 5g 4. 蒸し器にクッキングシートを敷き、10分位焼く。  
・水 90cc

## お知らせ

「5歳以下の子どもには、硬い豆やナッツ類などは食べさせないようにして、誤って気管に入り、窒息する危険があります。1月20日、消費者庁より発表がありました。すみれ保育園では、丸めた桃を豆に見たてて、豆まきをしています。