

2022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火	納豆 ごはん	長葱と豚肉の煮め おひたし/たくあん みそ汁	小粒納豆 長葱 青のり けずり節 長葱 豚小間肉 人参 大根 きゃべつ ほうれん草 人参 大根 じゃが芋 玉葱 人参 わかめ	にらちぢみ 小魚 くだもの 牛乳	にら 上新粉 小麦粉 ポンカン
2水	ごはん	みそかつ きゃべつ 煮め/たくあん 白菜のスープ	豚中肉 長葱 みそ パン粉 小麦粉 きゃべつ 人参 昆布 / 大根 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ 白菜	きな粉マカロニ するめ くだもの 牛乳	マカロニ きな粉 りんご
3木	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 かんぴょう 干しいたけ ほうれん草 でんぱ 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 長葱 豆腐	鬼まんじゅう 昆布 くだもの 麦茶	小麦粉 さつま芋 ポンカン
4金	ごはん	焼肉 じゃが芋のソテー ごま和え みそ汁	鶏肉 玉葱 りんご 生姜 じゃが芋 ピーマン 人参 ブロッコリー 人参 ごま きゃべつ 玉葱 人参 えのき	フランスパン かわはぎ くだもの 牛乳	りんご
5土	土曜保育		そうめん 小麦粉 スープ きゃべつ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 麦茶	りんご
7月	ごはん	魚のパン粉焼き きゃべつ/たくあん さつま芋サラダ みそ汁	生鮭 パン粉 青のり きゃべつ / 大根 さつま芋 ブロッコリー 人参 豆腐 酢 ごま 白菜 玉葱 人参 にら	お好み焼 昆布 くだもの 牛乳	小麦粉 きゃべつ 長葱 りんご
8火	ごはん	筑前煮 おひたし/たくあん みそ汁	鶏肉 大根 人参 里芋 ごぼう れんこん しめじ 糸こんにゃく きゃべつ ほうれん草 人参 / 大根 豆腐 長葱 わかめ	みたらしだんご 小魚 くだもの 牛乳	上新粉 しょうゆ 三温糖 いよかん
9水	うどん	天ぷら しらす和え 肉スープ	さつま芋 / 長葱 人参 きゃべつ ほうれん草 人参 しらす 豚小間肉 ごぼう 長葱 人参	おにぎり たくあん くだもの 麦茶	米 きな粉 大根 いよかん
10木	ごはん	サバのおろしかけ きんぴら 磯香和え みそ汁	サバ 大根 れんこん 人参 ブロッコリー きゃべつ 人参 焼のり 白菜 玉葱 人参 油あげ	黒ごまパン するめ くだもの 牛乳	フランスパン 黒ごまペースト りんご
12土	土曜保育		そうめん 小麦粉 スープ きゃべつ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 麦茶	りんご
14月	大豆 ごはん	ササミの香味焼き 酢の物のたくあん みそ汁	大豆 人参 ちりめんじゃこ ごま ササミ 長葱 きゃべつ ほうれん草 人参 やきふ / 大根 かぶ 玉葱 人参 かぶの葉	大学芋 かわはぎ くだもの 牛乳	さつま芋 りんご

※献立は変更になる場合もあります。

2月3日は節分です。  
豆まきをして、無病息  
災を祈ります。この時期は、  
天候が不安定なため病気に  
かかりやすく、その悪い鬼  
(病気)を追い払うのです。

いわしの臭いで  
鬼が近づかないように!



ヒイラギの葉のとけで  
鬼の目を刺して、鬼が  
家の中に入らないように!

①豆  
豆腐ハンバーグ

＜材料 4人分＞ 豚ひき肉 200g ・豆腐 1/2丁  
・玉葱 1個 ・人参 1/2本  
④ { みそ 20g ・かたくり粉 少々 }

＜作り方＞

1. 豆腐は水きりをしておく。
2. 玉葱と人参は、みじん切りにする。
3. ボウルにノコギリと豚ひき肉を入れてよく混ぜて④を加えて混ぜる。
4. 食べやすい大きさに分けて、形をひとひのえる。
5. 油をひいたフライパンで焼く。  
※オーブンの場合 200度で15分焼く。

【お知らせ】2021年1月20日、消費者庁より発表がありました。  
「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」誤って気管に入り、窒息する危険があ  
ります。  
すみれ保育園では、丸めた紙を豆に見たてて豆まきをしています。