

2018年

2月

予定献立表

今月のおたんじょうび会

22日

	月曜日 26日		火曜日 13・27日		水曜日 14日・28日		木曜日 1日・15日		金曜日 2日・16日		土曜日 3日	
	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
屋 食	麦ご飯	米 麦	麦ご飯	米 麦	ほうとう風うどん	うどん 豚肉 かぼちゃ ごぼう 白菜 人参 しめじ 青ねぎ	麦ご飯	米 麦	麦ご飯	米 麦	焼肉丼	米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン
	鶏のごま衣焼き	鶏肉 ごま 生姜	カレイの磯焼き	カレイ 青のり			大豆のハンバーグ	大豆 豚ひき肉 玉ねぎ ケチャップ	焼き魚	鯖		
	梅和え	キャベツ 人参 大根 梅干し かつお節	大根と人参のたいたん	大根 人参 油揚げ 三度豆	子芋の煮物	里芋 かつお節	ひじきのサラダ	ひじき 人参 ツナ コーン	かぼちゃの煮物	かぼちゃ	みそ汁	じゃがいも 白菜 青ねぎ
	みそ汁	じゃがいも しめじ 青ねぎ	みそ汁	玉ねぎ かぼちゃ 青ねぎ			みそ汁	白菜 えのき 三つ葉	のっぺい汁	鶏肉 里芋 人参 ごぼう 大根 青ねぎ	果物	オレンジ
お や つ	乳) 10時 きなこマカロニ マカロニ、きなこ、砂糖、塩 牛乳	乳児用菓子	乳) 10時 パン 牛乳	乳児用菓子	乳) 10時 梅おかかおにぎり (米、梅干し、かつお節) 煮干し(すみれ無し)	牛乳	乳) 10時 高野豆腐のコロコロ揚げ 高野豆腐、豆乳、砂糖、米粉 片栗粉、きなこ 牛乳	牛乳	乳) 10時 2日) かぼちゃポーロ 16日) みかん おせんべい	乳児用菓子 牛乳	乳) 10時 パン 牛乳	乳児用菓子
	月曜日 5・19日		火曜日 6日・20日		水曜日 7日・21日		木曜日 8日・22日		金曜日 9日・23日		土曜日 10・24日	
	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
屋 食	麦ご飯	米 麦	じゃこご飯	米 ちりめんじゃこ ごま	ビーフカレー	米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ カレールー	麦ご飯	米 麦	麦ご飯	米 麦	チキンライス	米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン
	焼き魚	鮭	鶏の含め煮	鶏肉 人参 大根 がんとどき 絹さや			鯖のごまつけ焼き	鯖 ごま	煮魚	赤魚 しょうが	スープ	キャベツ 人参 大豆 パセリ
	切干大根の煮物	切干大根 人参 油揚げ 三度豆	みそ汁	キャベツ えのき 青ねぎ	ブロッコリーと カリフラワーのサラダ	ブロッコリー カリフラワー コーン ツナ	あらめの煮物	あらめ 人参 油揚げ 三度豆	卵の花	おから 人参 油揚げ 糸こんにゃく 青ねぎ	果物	りんご
	みそ汁	玉ねぎ さつまいも 青ねぎ					みそ汁	大根 しめじ 青ねぎ	みそ汁	かぶ 玉ねぎ わかめ		
お や つ	乳) 10時 パン 牛乳	牛乳	乳) 10時 いちごジャムの米粉ケーキ 米粉、ベーキングパウダー、塩、 豆乳、いちごジャム、砂糖、油 牛乳	乳児用菓子	乳) 10時 大学芋 さつまいも、黒ごま 牛乳	牛乳	乳) 10時 きなこ米粉クッキー 米粉、コーンスターチ、きなこ、油、 豆乳、ベーキングパウダー、砂糖 牛乳	乳児用菓子	乳) 10時 ヨーグルト クッキー	牛乳	乳) 10時 パン 牛乳	乳児用菓子



《備考》

〈旬の食材〉
大根、ほうれん草、キャベツ、ね
ぎ、白菜、ほうれん草、ブロッコ
リー、ごぼう、鯖

節分の“豆まき”とは？

★季節の変わり目には厄が入り
やすいことから、節分をすること
で邪気を払い、福や運を招き入
れるため「鬼は外、福は内」とか
け声をするようになったそうです。

★豆まきのとき、なぜ豆なのかと
いうと「魔滅(まめ)」に通じ、無病
息災を祈る意味があるからなん
です。

★拾い忘れた豆から芽が出るこ
とが縁起が悪いとされているので
芽が出ないように、生ではなく炒
るようになりました。

大豆はお肉に匹敵する豊富な良
質タンパク質が含まれていること
から「畑のお肉」と呼ばれていま
す。また鉄、カルシウム、食物纖
維も含まれており、自然のバラン
ス栄養食ともいえます。大豆製品
を食べて元気に過ごしましょう！

22日のみ赤飯、愛児園手作りみその
みそ汁になります。



教育・保育施設における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン(内閣府)において、節分の豆はのどに詰まりやすい等の理由により、提供を避ける食材とされています。
従いまして、2日は全園児ポーロ菓子の提供となります事をご理解下さい。また、ご家庭でも十分注意しつつ食べて頂きますようお願い致します。

