

2月の献立予定表

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
ご飯 白菜の中華炒め 春雨サラダ じゃが芋の味噌汁	ご飯 鯖の味噌焼き キャベツのゴマ和え 豆腐の味噌汁	♥三色丼 きゅうりの酢の物 大根の味噌汁	チーズパン ♥ハンバーグ ♥ポテトサラダ 人参のスープ	ご飯 エビフライ(白身フライ) ♥スパゲティサラダ ほうれん草の味噌汁	野菜ラーメン 大根サラダ
ヨーグルト	節分ロール(ケーキ)	♥ピザトースト	♥チョコチップクッキー(クッキー)	♥大福(おにぎり)	ビスケット
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12(金)☽	13 (土)
ご飯 焼鮭 ♥ひじきの煮物 キャベツの味噌汁	ご飯 ♥しゅうまい 中華サラダ わかめの味噌汁	ご飯 回鍋肉 じゃこの酢の物 えのきの味噌汁	建国記念の日	♥カツカレー コールスロー スープ・ヤクルト	ロールサンド ベイクドポテト コンソメスープ
♥カップケーキ	いももち	パンケーキ		♥チョコクレープ(ケーキ)	バウムクーヘン
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
ご飯 鶏のゴマ焼き ♥マカロニサラダ 白菜の味噌汁	ご飯 白身魚の和風あんかけ ほうれん草のお浸し 油揚げの味噌汁	ご飯 鶏つくね ブロッコリーのゴマ和え 小松菜の味噌汁	ご飯 ブリの照り焼き 青菜の白和え きのこの味噌汁	クロワッサン ♥きのこのグラタン トマトサラダ 野菜のスープ	焼飯 グリーンサラダ 中華スープ
♥シュガーパイ	♥チキンナゲット	♥いちごサンド	♥ウインナーロール	のり塩スティック	せんべい
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
ご飯 カレイの磯辺焼き かぼちゃの煮物 玉葱の味噌汁	天皇誕生日	♥タコライス わかめの酢の物 しめじの味噌汁	ご飯 鯖のゴマ醤油焼き 高野豆腐の卵とじ かぼちゃの味噌汁	メロンパン 焼きコロッケ コーンサラダ きのこのスープ	お弁当日
ヨーグルト		♥ポテトチップス	おからボール	鮭おにぎり	ミニドーナツ

- ☆昼食時に果物(りんご、いちご等)を出しています。
- ☆2/12(金)はお誕生日会メニューです。
- ☆()の中は、0.1.2 歳児さんに提供する昼食、おやつです。
- ☆献立は都合により変更となることがあります。
- ☆♥そら組さんのリクエストメニューです。



☆給食だより☆

今月の目標「日本の伝統的な行事に触れよう！」

今年の節分は2月2日！節分の意味を理解して行事を楽しもう！

※ご家庭からの嗜好調査により、弁天こども園の人気レシピを教えて欲しいとの声が多数あがっていますのでご紹介します。

鬼は外！ 福は内！

季節を分けるという意味の節分には、豆まきして邪気を祓い、身を清めます。季節の変わり目には天気が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病気)を追い払うのです。生豆は、拾い忘れた豆から芽が出るとよくないことがあるとされているため“煎り豆”を使用します。

※今年度より事故防止の為、給食での海苔、ナッツ類(節分豆)の使用を中止しています。
当日は、恵方巻に見立てた節分ロールケーキを行事食として提供します♪

!! 今月のおすすめレシピ !!

ブロッコリーゴマ和え

【材料】

ブロッコリー…1株 人参…100g
ごま…大4 醤油…大1 砂糖…小2

【作り方】

1. ブロッコリーは好みの大きさに切り、人参は千切りにしそれぞれ茹でる。
2. ごまをすり、調味料と混ぜる。
3. ブロッコリー、人参と2を混ぜ、全体に味がいきわたったら完成。

ブロッコリーが
苦手！
そんなお子さん
には☆