

2月 給食献立表

第二福田保育園

曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食	3時おやつ	材料と体内での働き		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2 16 月	牛乳 乳ホーロ	ケリルチキン 彩野菜のあえもの もみのり		牛乳 シュガーパン	乳ホーロ・米粉・強力粉・砂糖 イースト・グラニュー糖	牛乳・鶏もも肉・バター	人参・小松菜・白菜・もやし コーン・もみのり
3 17 火	牛乳 ピスコ	テンペ入りかき揚げ 土佐酢あえ 黄ニラのすまし汁		牛乳 3日甘納豆・菓子 17日ヨーグルトケーキ	ピスコ・さつま芋・天ぷら粉 おつゆ麩・菓子 3日甘納豆・17日小麦粉 17日ヘーキングパウダー	牛乳・水煮大豆・ちくわ かつお節 17日プレーンヨーグルト・バター	人参・玉ねぎ・さがきごぼう キャベツ・もやし・きゅうり わかめ・やっこねぎ・黄ニラ 17日ブルーベリージャム
4 18 水	牛乳 ウェハース	鮭の塩焼き しらすあえ みそ汁		牛乳 ツナコーンパイ	ウェハース・さつま芋・パイシート マヨドレ	牛乳・塩鮭・ちりめん・油揚げ 中みそ・ツナ水煮缶	キャベツ・小松菜・人参・玉ねぎ しめじ・コーン
5 19 木	牛乳 ピスケット	豚肉の生姜炒め 五色あえ オレンジ		牛乳 菓子・昆布	ピスケット・菓子	牛乳・豚もも肉・昆布	玉ねぎ・人参・小松菜・もやし しめじ・コーン・しょうが・オレンジ
6 20 金	牛乳 ミニドーナツ	わかめごはん 豚汁 菜の花のおひたし		牛乳 ごまじゃこトースト	ミニドーナツ・さつま芋・白ごま ロイヤルブレッド・マヨドレ	牛乳・豚もも肉・ちくわ・油揚げ 中みそ・ちりめん	わかめごはんの素・人参 かぶ・やっこねぎ・小松菜 菜の花・コーン・もやし・青のり
7 21 土	牛乳 せんべい	いなかうどん 和風和え バナナ		牛乳 菓子	せんべい・干しうどん・里芋 ごま油・菓子	牛乳・豚もも肉・油揚げ・ちくわ	しめじ・人参・やっこねぎ きゅうり・キャベツ・コーン・バナナ
9 月	牛乳 乳ホーロ	ヒレカツ マカロニサラダ もずくスープ		牛乳 菓子・するめ	乳ホーロ・小麦粉・パン粉 ケチャップ・ウスターソース・マカロニ マヨドレ・ごま油・菓子	牛乳・豚ヒレ・ツナ水煮缶 絹豆腐・洗いもずく・するめ	人参・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ チンゲン菜
10 24 火	牛乳 ウェハース	鶏肉のさっぱり焼き ハムのあえもの 納豆	オレンジ	牛乳 ココアシュークリーム	ウェハース・小麦粉・強力粉 ココア・グラニュー糖	牛乳・鶏もも肉・ハム・納豆 バター・卵・生クリーム	キャベツ・人参・きゅうり・オレンジ
25 水	牛乳 ピスコ	ちゃんぽんめん ゆかりあえ バナナ		お茶 おかかおにぎり	ピスコ・中華麺	牛乳・豚もも肉・なると 塩昆布・かつお節	もやし・人参・玉ねぎ・キャベツ コーン・やっこねぎ・ゆかり きゅうり・バナナ
12 26 木	牛乳 ミニドーナツ	さわらの照り焼き 大根サラダ 和風スープ		牛乳 菓子・チーズ	ミニドーナツ・マヨドレ・じゃが芋 菓子	牛乳・さわら・ツナ水煮缶 絹豆腐・チーズ	大根・人参・キャベツ・しめじ 玉ねぎ・ほうれん草
13 27 金	牛乳 せんべい	ポークカレー フレンチサラダ りんご		牛乳 クッキー	せんべい・じゃが芋・小麦粉 カレルウ・砂糖	牛乳・豚もも肉・バター	人参・玉ねぎ・グリンピース キャベツ・きゅうり・りんご
14 28 土	牛乳 ピスケット	鶏塩うどん ツナサラダ オレンジ		牛乳 菓子	ピスケット・干しうどん・里芋 マヨドレ・菓子	牛乳・鶏もも肉・ちくわ・油揚げ ツナ水煮缶	人参・玉ねぎ・しめじ やっこねぎ・キャベツ・きゅうり オレンジ

☆19日(木) 誕生会特別献立
3時のおやつホットドック
パフェ

フライドポテト

シチュー

※アレルギーについて

- 平天、ちくわ、なると、かまぼこ、ワインナー、ハム、ベーコンは卵不使用のものを使用しています。
- アレルギー児のマヨネーズの代替食は卵不使用のノンエッグマヨを使用しています。

節分

2月3日は節分です。節分というと2月3日と思いますが実は年に4回節分があります。まず節分とは、季節の節目の事を指し、立春・立夏・立秋・立冬の前日の事を言います。節分には恵方巻と言う巻き寿司を食べます。その年の縁起の良い「恵方」を向いて喋らずに黙々と巻き寿司を丸かぶりすると願い事がかない、福を招くとされています。節分ではその他に豆まきをし、年の数より1つ多く豆を食べます。昔は災害などの悪いことは鬼のせいだとされており、鬼を退治するために、邪気を追い払うものとされている豆をまくようになりました。豆まきをする時は「鬼は外、福は内」と言いましょう。

恵方巻の食べ方

- 1本丸々かぶりついで、切ったり、食べる途中で休憩したりしないように食べましょう。
- 願い事が逃げないよう黙って最後まで食べましょう。
- その年の恵方を向いて食べましょう。今年は「南東」です。