



2月 給食予定献立表



令和3年1月29日

日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ
1	月	醤油ラーメン オレンジ	焼豚・卵 牛乳	長ねぎ・ほうれん草・メンマ わかめ・オレンジ	中華麺 ラーメンスープ	牛乳 おかし
2	火	<節分集会> 鬼オムライス あぶり焼きチキン コールスローサラダ 野菜スープ パイン缶 ゼリー	あぶり焼きチキン 鶏モモ肉・牛乳	玉ねぎ・人参・キャベツ・コーン ニラ・えのき・長ねぎ・パイン缶	ごはん マヨネーズ	牛乳 おかし
3	水	ごはん 焼き鮭 ひじき煮 白菜の胡麻和え ウインナー わかめと板麩の味噌汁 みかん	鮭・大豆・油揚げ ウインナー・牛乳	小松菜・人参・ひじき・椎茸 わかめ みかん	ごはん・板麩 糸こんに	牛乳 おかし
4	木	パン コロッケ ホイコーロー サラダ 中華スープ りんご	豚肉・卵 シーチキン・牛乳	キャベツ・ピーマン・レタス・きゅうり 長ねぎ・人参・椎茸・りんご	パン・コロッケ 春雨	牛乳 おかし
5	金	ソースかつ丼 野菜ナムル トマト 具沢山味噌汁 フルーツカクテル	とんかつ・豆腐 油揚げ・牛乳	キャベツ・もやし・ほうれん草・トマト 椎茸・わかめ・玉ねぎ・フルーツカクテ	ごはん 油	牛乳 おかし
6	土	ポークカレーライス サラダ 福神漬け アンパンマンジュース	豚肉・卵 牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん カレールー	牛乳 おかし
8	月	わかめなめこうどん さつまいもの天ぷら オレンジ	卵 牛乳	わかめ・なめこ・長ねぎ ほうれん草・オレンジ	さつまいも・天粉 うどん・油	ジョア おかし
9	火	<非常食を食べてみよう!> ごはん だし巻卵 肉じゃが ブロッコリー ほうれん草の味噌汁 パナナ	卵・牛肉 牛乳	人参・玉ねぎ・ブロッコリー ほうれん草・パナナ	ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
10	水	<お誕生会> 焼きそば たこ焼き ハムサラダ チンゲン菜と麩のスープ チョコプリン オレンジ	豚肉・ポロニアハム ハム・牛乳	キャベツ・人参・レタス・きゅうり かぶ・トマト・チンゲン菜・オレンジ	焼きそば・麩 たこ焼き・油	ヤクルト ケーキ
12	金	そばろ丼 中華春雨 トマト なめこの具沢山味噌汁 パイン缶	とりひき・卵 ハム・豆腐・牛乳	きゅうり・人参・トマト・なめこ 大根・水菜・長ねぎ・パイン缶	ごはん 春雨	牛乳 おかし
13	土	ビーフカレーライス 和風サラダ 福神漬け アンパンマンジュース	牛肉・卵 シーチキン・牛乳	レタス・きゅうり・トマト・わかめ 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん カレールー	牛乳 おかし
15	月	味噌ラーメン オレンジ	焼豚・なると 卵・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし 長ねぎ・メンマ・オレンジ	中華麺 ラーメンスープ	牛乳 おかし
16	火	ごはん 揚げ豆腐あんかけ 小松菜のピーナッツ和え 板かま きゃべつ味噌汁 パナナ	鶏ひき肉・豆腐 板かま・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・人参・ささげ 小松菜・キャベツ・パナナ	ごはん 油・片栗粉	牛乳 おかし
17	水	ごはん 魚の香味焼き ピーフン炒め ブロッコリー 卵と玉ねぎの味噌汁 みかん	さば・豚肉 卵・牛乳	キャベツ・人参・椎茸・玉ねぎ ピーマン・ブロッコリー・みかん	ごはん ピーフン	牛乳 おかし
18	木	パン ポテトオムレツ ほうれん草のソテー 千キャベツ もやしのスープ パイン缶	豚ひき・ベーコン 卵・牛乳	ほうれん草・しめじ・コーン・キャベツ もやし・人参・万能ねぎ・パイン缶	パン じゃがいも	牛乳 おかし
19	金	味のりごはん チャプチェ 人参煮 わかめときゅうりの酢の物 豚汁風味噌汁 りんご	豚ロース薄切り肉 豚肉・牛乳	味のり・ピーマン・人参・筍・椎茸 わかめ・きゅうり・玉ねぎ・りんご	ごはん 春雨	牛乳 おかし
20	土	ごはん クリームシチュー サラダ アンパンマンジュース	鶏もも・サラダファミリ 牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり トマト・コーン・ジュース	ごはん・ルー じゃがいも	牛乳 おかし
22	月	カレーうどん チーズ オレンジ	豚肉・卵 板かま・牛乳	玉ねぎ・人参・長ねぎ オレンジ	うどん・油 チーズ	ヨーグルト おかし
24	水	ご飯 さんまの梅煮 キャベツのおかか和え ジャーマンポテト 玉ねぎとわかめの味噌汁 りんご	さんまの梅煮 ベーコン・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・わかめ りんご	ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
25	木	<ひな祭り集会> ひな祭りお祈りさん 鶏磯天 お浸し おさつスティック そうめん汁 いちご ゼリー	磯天ぶら・卵 牛乳	白菜・人参・アスパラ・枝豆 椎茸・三つ葉・万能ねぎ・いちご	ごはん・糰麩 そうめん・おさつ	牛乳 おかし
26	金	わかめご飯 ちゃんぽんスープ 焼売 中華きゅうり パナナ	豚肉・なると むきエビ・焼売・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・人参 もやし・きくらげ・きゅうり・パナナ	ごはん スープの素	牛乳 おかし
27	土	チキンカレーライス サラダ 福神漬け アンパンマンジュース	鶏もも・卵 シーチキン・牛乳	レタス・きゅうり・トマト・わかめ 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん カレールー	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。

◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。



<給食室から一言>

旧暦では立春が一年の始まりとされ、立春の前日である節分には無病息災を祈って行う豆まきなど新しい年の厄をはらう行事があります。今年の立春は2月3日。節分は2月2日です。2月2日が節分の日になるのは124年ぶり、今年はとても珍しい年です。節分に食べる太巻き寿司を「恵方巻」といい、その年の恵方(今年は『南南東』)を向いて無言でお願いごとをしながら食べると、縁起が良いとされています。ご家庭でも子供と恵方巻を食べ、楽しく1年の健康と幸せをお祈りしましょう。

みんなで非常食を食べてみよう!!

(防災&食育体験)

2011年3月11日の東日本大震災があってから家中に非常食を備蓄する家庭も増えたと思います。園でも災害発生に備え、毎月避難訓練を行い、食料、道具の備蓄をしています。今回非常食の更新に合わせ、食育体験としてみんなで非常食のお味噌汁を給食の時間に試食してみたいと思います。普段から非常食の味を知っておくことは災害時にも役立ちます。実際に食べてみて、災害時にこのような非常食が大きな役割を持つことを伝えていきたいです。

