



2月 給食献立予定表



2023年度

かすが保育園
いちご保育室

日	曜	9時おやつ	主食	副食	3時おやつ	6時おやつ
1	木	牛乳 クラッカー	赤飯	ちくわの磯辺揚げ 小松菜とじゃこのサラダ 豚汁	牛乳 せんべい	麦茶 アスパラビスケット
2	金	ヨーグルト	たぬきうどん	五色きんぴら ミニトマト	麦茶 鬼まんじゅう	牛乳 エビチップ
3	土	牛乳 動物ビスケット	茶飯	おでん 青菜のマヨネーズ和え みかん	牛乳 パン・オレ	麦茶 干し芋
5	月	牛乳 バナナ	大豆ふりかけごはん	肉じゃが しらたきのたらこ和え つみれ汁	麦茶 ビスケット	牛乳 マフィン
6	火	牛乳 せんべい	麦ごはん	さばのカレー竜田揚げ 棒棒鶏サラダ みそ汁	牛乳 かぼちゃスコーン	麦茶 わかめごはん
7	水	牛乳 クッキー	ごはん	鶏の照り焼き 春雨サラダ すまし汁	麦茶 ひじきしゅうまい	牛乳 ウェハース
8	木	ヨーグルト	煮込みうどん	ごぼうの炒めサラダ みかん	牛乳 Caせんべい	麦茶 ビスコ
9	金	牛乳 野菜ビスケット	パン ナチュラル	ミネストローネスープ ブロッコリーと大豆のサラダ チーズ	麦茶 のりじゃこおやき	牛乳 クラッカー
10	土	牛乳 ウェハース	ごはん	クロックポール 小松菜と切り干し大根のサラダ みそ汁	牛乳 動物ビスケット	麦茶 ゼリー
13	火	牛乳 エビチップ	ごはん	鶏のから揚げ 和風サラダ 中華スープ	麦茶 ココアパン	牛乳 バナナ
14	水	牛乳 ビスコ	菜飯	いり鶏 大根サラダ すまし汁	牛乳 いちごムースカップ	麦茶 せんべい
15	木	ヨーグルト	麦ごはん	鮭の塩焼き 油揚げの中華風酢の物 みそ汁	麦茶 すいとん	牛乳 ひじきビスケット
16	金	牛乳 クラッカー	カレーライス	ブロッコリーとエビのかんきつ風味サラダ オレンジ 牛乳	麦茶 ウェハース	麦茶 メロンパン
19	月	牛乳 アスパラビスケット	鶏南蛮うどん	さつま揚げのきんぴら 切り干し大根のゆかり和え	麦茶 クッキー	牛乳 エビチップ
20	火	チーズ りんごチップス	パン プティプラン	フランクフルトとじゃがいものソテー コーンスローサラダ スープ	牛乳 せんべい	麦茶 ゆかりごはん
21	水	ヨーグルト	中華丼	もやしとメンマの和え物 中華スープ	麦茶 ツナサンド	牛乳 クラッカー
22	木	牛乳 せんべい	麦ごはん	鶏ハンバーグ キャベツとわかめのチョレギサラダ すまし汁	★誕生会おやつ★	麦茶 オレンジ さつまいもチップス
24	土	牛乳 クッキー	ごはん	カレイのねぎみそ焼き 人参サラダ すまし汁	麦茶 野菜ビスケット	牛乳 ウェハース
26	月	牛乳 干し芋	みそ煮込みうどん	鶏むね肉のマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物	牛乳 クラッカー	麦茶 ビスコ
27	火	ヨーグルト	パン キャロットロール	コーンシチュー 五色サラダ いちご	麦茶 おにぎりの日	麦茶 せんべい
28	水	牛乳 ウェハース	麦ごはん	肉豆腐 チキンサラダ みそ汁	牛乳 きなこトースト	麦茶 チーズ りんごチップス
29	木	牛乳 ビスケット	ごはん	ビーマンの鶏肉炒め かまぼこのマヨネーズ和え 中華スープ	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 クッキー

【2月3日は節分！！】

節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日を指していましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。



栄養満点の「大豆」

北海道や東北地方では豆まきに落花生を使うことが多いようですが、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされるため、一般的には炒った大豆を使用します。大豆は味噌や醤油などの調味料や精進料理・大豆加工品など、様々な日本料理に欠かせない食材です。植物の中では唯一お肉に匹敵する良質なたんぱく質を含み、脂質やミネラル・ビタミン類も含まれています。

節分の豆まきをきっかけに大豆製品を食卓に取り入れてみましょう。

◎2/17(土)はかすがつといです。

