



2月の予定献立表



月

火

水

木

金

土

午前 (未満児のみ)		1	2	3	4	5						
昼食		休園	休園	休園	休園	休園						
午後												
午前 (未満児のみ)	7	牛乳、クッキー	8	牛乳、ウエハース	9	牛乳、白い風船	10	牛乳、リッツ	11		12	牛乳、せんべい
昼食	ごはん のつべい汁 鶏肉の照り焼き 白菜のツナ和え		焼きそば わかめスープ もやしのごま和え		麦ごはん なめこの味噌汁 レバーのごまソースからめ ほうれん草納豆和え		ごはん 五目汁 さばの塩焼き チーズサラダ		🇯🇵建国記念の日		中華丼 さつまいもサラダ	
午後	牛乳 大学芋		ひじきおにぎり		ジュース せんべい/いもけんぴ		牛乳、じゃがいももち				バナナ	
午前 (未満児のみ)	14	牛乳、クッキー	15	牛乳、ウエハース	16	牛乳、白い風船	17	牛乳、リッツ	18	牛乳、きなこ菓子	19	牛乳、せんべい
昼食	キーマカレー チンゲン菜スープ 春雨の中華和え		食パン キャベツのスープ グラタン		麦ごはん 豆腐の味噌汁 あじの蒲焼 りんごサラダ		<誕生会> ごはん かぼちゃの味噌汁 煮込みハンバーグ 温サラダ		<食育の日>四国地方 焼豚玉子飯 どろめ汁 さつまいもの天ぷら みかんゼリー		焼き鳥丼 キャベツと豚肉の味噌炒め	
午後	牛乳 ココアパウダーケーキ		昆布おにぎり		牛乳、小豆蒸しパン		牛乳、米粉ドーナツ		牛乳、ミレービスケット		バナナ	
午前 (未満児のみ)	21	牛乳、クッキー	22	牛乳、ウエハース	23		24	牛乳、リッツ	25	牛乳、きなこ菓子	26	牛乳、せんべい
昼食	ごはん たまごスープ 肉豆腐		しつぽくうどん かぼちゃのそぼろ煮 りんご		🇯🇵天皇誕生日		ごはん わかめ汁 オランダ煮		ごはん しめじの味噌汁 ぶりの照り焼き うの花		肉ごはん ブロッコリーのツナサラダ	
午後	ヨーグルト、せんべい		とうもろこしおにぎり				牛乳、小倉トースト		牛乳、ふかし芋		バナナ	
午前 (未満児のみ)	28	牛乳、クッキー										
昼食	ごはん ベーコンと野菜のスープ さわらの西京焼き カテージチーズサラダ											
午後	牛乳、ヨーグルト蒸しパン											



献立平均給与栄養

エネルギー 未満児 473kcal
以上児 517kcal

たんぱく質 未満児 18.6g
以上児 20.4g

脂質 未満児 15.6g
以上児 14.6g



発行日：令和4年2月
作成者：福原

園の都合により献立を変更する場合がございます。

暦の上では春ですが、1年で一番寒いのが2月。風邪やインフルエンザが流行する季節なので、「手洗い・うがい」をしっかり行い、バランスのよい食事と十分な睡眠をとるなどの予防をしっかりととり、風邪に負けないよう気をつけましょう。

毎月19日は食育の日で、今月は四国地方です。(18日に実施します)

・焼豚玉子飯

愛媛県今治市の名物料理です。ご飯の上に薄く切った焼豚と目玉焼きをのせて、焼豚のたれで味つけた丼ものです。

・どろめ汁

高知県の郷土料理で、どろめとはしらすのことです。

・しっぽうどん

香川県でいうしっぽうどんは、数種類の野菜と油揚げを煮干しのだしで煮込み、うどんの上にかけて食べる料理です。

(22日提供)

2月3日は節分給食です。

鬼まんじゅうの名前の由来は、まんじゅうからさつまいの角切りが見える様子が「鬼の角」や「鬼の金棒」に見えたことがきっかけだそうです。



節分の行事食

旧暦では立春が1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。

節分に食べる太巻き寿司を「恵方巻き」といい、その年の恵方を向いて無言でお願いごとをしながら食べると、縁起がよいとされています。

ご家庭で子どもと恵方巻きを作って食べ、楽しく1年の健康と幸せをお祈りしましょう。

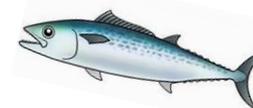


人気メニュー

さわらの西京焼き

材料(4人分)

さわら…4切れ
白味噌…20g
みりん…小さじ1
砂糖…小さじ1
料理酒…小さじ1



作り方

- ①調味料を全て混ぜ合わせる。
- ②さわらに①を絡ませ、30分ほど漬けこむ。
- ③魚焼きグリルまたは、フライパンで焼いて完成。

ポイント

味噌が焦げやすいので、火加減に注意して焼いてください。
ご飯がすすむメニューですので、ぜひ作ってみてください！