


令和5年  2月給食献立表

【今月の目標】・・・マナーを守って食べましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副食 (共通)	おやつ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	水	ご飯	魚のポテマヨ焼き 野菜のゴマ和え 豆腐の味噌汁	牛乳/野菜グラッセ	ヤクルト/ぜんざい/果物
2	木	ご飯	タルタル卵コロッケ 和風サラダ チンゲン菜のスープ	牛乳/トースト	牛乳/お好み焼き/果物
3	金	ご飯	豆腐のつくね ※切干大根のサラダ 豚汁	牛乳/蒸しパン	牛乳/恵方巻/果物
4	土	ご飯	豚肉の生姜焼き 三色和え かき卵汁	牛乳/卵焼き	牛乳/フレンチトースト/果物
6	月	ご飯	ささみのはさみ揚げ きゅうりの酢の物 クラムチャウダー風	牛乳/ホットケーキ	牛乳/バナナマフィン
7	火	パン	ポテトグラタン トマトのマリネ オニオンスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/雑炊/果物
8	水	ひじきご飯	魚のトマトソースがけ ポテトサラダ 豆腐の五目汁	牛乳/牛乳くずもち	ヤクルト/カレーパン/果物
9	木	ご飯	筑前煮 ブロッコリーサラダ 肉団子汁	牛乳/ラスク	牛乳/クレープ/果物
10	金	ご飯	ポテサラロール 春雨の酢の物 厚揚げの味噌汁	牛乳/黄粉団子	牛乳/ソーメン汁/果物
13	月	ご飯	春巻き 切り干し大根の煮物 イエローシチュー	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/あんまん/果物
14	火	パン	皿うどん スパニッシュオムレツ 野菜スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
15	水	ご飯	魚の煮つけ さつま芋の天ぷら 人参しりしり かぶの味噌汁	牛乳/レーズン蒸しパン	牛乳/牛乳くずもち/果物
16	木	ご飯	すり身焼き レバーの唐揚げ スパゲティサラダ カレー汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/もちもちパン/果物
17	金	ご飯	えびしゅうまい 根菜のごまマヨサラダ ビーンズスープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/※照り焼きチキンピザ/果物
18	土	ご飯	ポテトオムレツ 野菜のアーモンド和え 白菜の味噌汁	牛乳/チーズトースト	牛乳/ココアマフィン/果物
20	月	ご飯	豆腐ハンバーグ 大豆とひじきの煮物 ポタージュスープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/クレープ/果物
21	火	パン	タンドリーチキン ジャーマンポテト ちゃんぽん	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/青菜のおにぎり/果物
22	水	誕生会	 卵チャーハン トンカツ 野菜のマリネ パンネのミートソース つみれ汁	牛乳/菓子	牛乳/いちご大福
24	金	ご飯	※魚のオランダ焼き 大根の梅サラダ じゃが芋の味噌汁	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/チヂミ/果物
25	土	梅ご飯	焼きそば 卵サラダ 中華スープ	牛乳/じゃがバター	牛乳/野菜ポッキー/果物
27	月	ご飯	鶏の竜田揚げ ほうれん草の納豆和え クリームシチュー	牛乳/みたらし団子	牛乳/チーズパン/果物
28	火	パン	クリームスパゲティ ウィンナーの卵とじ 根菜のスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/五目いなり寿司/果物

※は新メニューです。



鬼は外、福は内。大豆パワーで元気に過ごしたいですね。



節分といえば「豆まき」、そして節分に食べるものといえば「恵方巻」ですね。節分の豆まきは、季節の変わり目におきやすい体調不良を払い福を呼び込むために行います。豆まきに使われる大豆ですが、大豆は昔から「畑の肉」と言われるほど植物性たんぱく質を多く含み、さらに鉄分やカルシウムも多く含まれています。子どもたちは、豆類での窒息等の危険性もあるため注意が必要ですが、大豆製品は栄養がたくさん含まれているので、普段の食事に積極的に取り入れていきたいですね。園では2月3日のおやつで恵方巻を食べます。楽しみにしててくださいね。