



2月 こんだて

令和5年2月1日
吉井北保育園

給食目標



食事のマナーを守りましょう。

日 曜		こんだてめい	お や つ		
			9時(未満児)	3時(共通)	
1	水	ご飯 魚の磯辺揚げ 切り干し大根煮 ブロッコリーサラダ けんちん汁 果物	こふき芋	牛乳	フレンチトースト
2	木	わかめご飯 ちゃんぽん シュウマイ ほうれん草の和え物 果物	人参グラッセ	牛乳	ごま団子
3	金	鬼ざり 卵焼き 唐揚げ ウインナー ビーンズサラダ 魚のすまし汁 果物	厚揚げ煮	牛乳	恵方巻
4	土	ご飯 生姜焼き ポテトサラダ のっぺい汁 果物	りんご煮	牛乳	そうめん汁
5	日				
6	月	ゴマご飯 メンチカツ りんごサラダ ごちそう金平 豆乳味噌スープ 果物	さつま芋煮	牛乳	ぜんざい
7	火	ご飯 れんこんのはさみ揚げ キャベツの和え物 ひじきの炒り煮 豆腐のすまし汁	きなこトースト	牛乳	ドライポテト みかん
8	水	ご飯 魚のおろしポン酢 厚揚げ煮 小松菜の和え物 具だくさんみそ汁 果物	磯辺こふき芋	牛乳	パウンドケーキ
9	木	パン ミートスパゲティ グリーンサラダ 野菜スープ 果物	豆腐煮	牛乳	炊き込みおにぎり
10	金	ゆかりご飯 おでん 野菜の磯和え えのきのすまし汁 果物	蒸し芋	牛乳	マーマレードパン
11	土	建国記念日			
12	日				
13	月	パン グラタン 野菜サラダ ミネストローネ 果物	焼きリンゴ	牛乳	五目いなり
14	火	混ぜご飯 あんかけうどん 鶏天 水菜の和え物 果物	じゃが芋煮	牛乳	ベジタブルマフィン
15	水	ご飯 煮魚 豆腐煮 れんこん金平 豚汁 果物	卵焼き	牛乳	里芋のコロッケ
16	木	誕生会 ピラフ 煮込みハンバーグ ミモザサラダ 焼き野菜 ポタージュスープ りんごきんとん	マカロニあべかわ	ヤクルト	ミルフィーユ
17	金	雑穀ご飯 すりみ揚げ チンゲン菜の和え物 カブのそぼろ煮 さつま汁 果物	ごまトースト	牛乳	ヨーグルトパンケーキ
18	土	ご飯 肉じゃが 高野豆腐の含め煮 キャベツのみそ汁 果物	きな粉団子	牛乳	人参蒸しパン
19	日				
20	月	麦ご飯 親子丼 キャベツのゴマ和え わかめのすまし汁 果物	ドライポテト	牛乳	ほうれん草 まんじゅう
21	火	ご飯 鶏の甘酢煮 根菜サラダ 昆布煮 団子汁 果物	南瓜煮	牛乳	どら焼き
22	水	ご飯 魚のフリッター レバーの甘辛煮 リンゴ酢和え シチュー 果物	きな粉豆腐	牛乳	お芋パン
23	木	天皇誕生日			
24	金	ご飯 筑前煮 茶碗蒸し そうめん汁 果物	高野豆腐煮	牛乳	肉まん
25	土	ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ じゃが芋煮 豆腐のみそ汁 果物	蒸しパン	牛乳	昆布おにぎり
26	日				
27	月	雑穀ご飯 魚の酢豚風 ブロッコリーのマヨ焼き 中華スープ 果物	ドライ南瓜	牛乳	石垣団子
28	火	ご飯 カレーライス フレンチサラダ わかめスープ 果物	里芋煮	牛乳	クリームパン



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。保育園でも子供たちが作った鬼のお面をかぶり、豆まきを楽しみ、給食では恵方巻を予定しています。

