



2月の献立予定表



武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	水	ミートソーススパゲティ,カリコリサラダ,わかめの味噌汁 りんご	麦ごはん	粉ふき芋	バナナ	いりこ	おむすび (たかな)
2	木	☆味噌カツ,ツナサラダ,大根の味噌汁,みかん	麦ごはん	煮奴	いりこ	いりこ	ジュース ☆じゃがいも団子
3	金	お弁当の日			甘納豆		節分おやつ
4	土	中華丼,三色和え,麩の味噌汁	麦ごはん		☆♪♪♪♪♪♪♪♪♪		おむすび (のり)
6	月	鮭のマヨみそ焼き,ひじき炒め,すまし汁,いちご	麦ごはん	えびの天ぷら	コーンフレーク	いりこ	おむすび (きなこ)
7	火	カレーライス,中華サラダ,バナナ	麦ごはん	肉団子	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	牛乳 ☆里芋コロッケ
8	水	けんちんうどん,高菜チャンプルー,のり,りんご	麦ごはん	五目煮	バナナ	いりこ	おむすび (じゃこ)
9	木	油淋鶏,チンジャオロース,きのこの味噌汁,みかん	麦ごはん	レバーの甘煮	いりこ	いりこ	ミルク 黒ゴマトースト
10	金	☆デミハンバーグ,大豆サラダ,南瓜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	大根の煮物	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース マフィン
13	月	鶏肉のおろし煮,高野豆腐のそぼろ煮,大根の味噌汁いちご	混ぜご飯		コーンフレーク	いりこ	おむすび (ゆかり)
14	火	すき焼き風煮,おから炒め,チンゲン菜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	納豆和え	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	牛乳 ☆うどんかりんとう
15	水	焼きそば,大豆の磯煮,すまし汁,みかん	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	のりまき ☆(かにかまツナ)
16	木	魚の竜田揚げ,れんこんのガーリック炒め えのきの味噌汁,りんご	麦ごはん	チンゲン菜と ツナの和え物	いりこ	いりこ	いちご牛乳寒天
17	金	マカロニグラタン,ひじきサラダ,油揚げの味噌汁,バナナ	麦ごはん	肉じゃが	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース 丸ボーロ
18	土	タコライス,ジャーマンポテト,わかめの味噌汁	麦ごはん		☆♪♪♪♪♪♪♪♪♪		せんべい
20	月	シューマイ,かんころ煮しめ,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	がんもの煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (たぬき)
21	火	マーボー豆腐,中華炒め,もやしの味噌汁,いちご	麦ごはん	南瓜の煮物	のむヨーグルト ぜんべい	いりこ	牛乳 大学芋
22	水	ちゃんぽん,バンバンジーサラダ,チーズ納豆,みかん	麦ごはん	ごぼうのみそ煮	バナナ	いりこ	おむすび (さけ)
24	金	ハヤシライス,白和え,バナナ	麦ごはん	ハンバーグ	いりこ	いりこ	ミルク 麩ラスク
25	土	☆あんかけそうめん,肉じゃが,ふりかけ	麦ごはん		🍡*🍡*🍡*🍡		おむすび (わかめ)
27	月	魚のベーコン蒸し,旨煮,すまし汁,いちご	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	おむすび (つめ)
28	火	松風焼き,ポークビーンズ,チンゲン菜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	金平れんこん	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	ジュース ちんすこう

給食だより



2月3日は何の日？



冬が終わり春に移る季節の変わり目の日のことで、季節の変わり目に生じる邪気(鬼)を追い払う意味で「豆まき」を行います。一般的には「鬼は外、福は内」と声を出しながら豆をまき、年齢の数だけ豆を食べることで厄除けをします。また今年は南南東を向いて「恵方巻」を食べると縁起が良いとされています。

- ・☆は新メニューです。
- ・3日(金)はお弁当の日です。準備をお願いします。

みんな大好き！保育園手作りシューマイレシピ

- 材料
豚ひき肉 150g
玉ねぎ130g
めんつゆ(濃縮)小さじ1/2、
コンソメ顆粒ひとつまみ
片栗粉小さじ1
シューマイの皮10枚
- 作り方

- 1.玉ねぎをみじん切りし、豚ひき肉とめんつゆ、コンソメ顆粒を混ぜ合わせる。
- 2.1に片栗粉を入れ混ぜ合わせる。
- 3.シューマイの皮に包み、15分～20分蒸す。

たまねぎでなく、白菜やえのきに変えても風味が変わっておいしいですよ！

