



みずほ
こどもえん

給食だより 2月

「恵方巻」といえば節分の日に食べるものと今では広がりましたが、節分を境に迎える新しい年を良い年にしたいと願い
厄除けを行いその節分に願いを込めて食べるようになりました。また、様々な7種具材が巻かれていて「7」という数字には
“七つの宝”という意味や“七福神の神様が七人”など縁起物として扱われその7種の具材を海苔で巻くことで「福を巻き込む」
という願いも込められているようです。また、だまって食べることが「縁起良し」ともされているようなので「1つの願い」を
静かに心の中でおもいながら食べてみるのもいいですね。



日・曜日	献立名			おやつ	材料名 (アレルギーのお子様は除去食での対応となります)
1 日					
2 月	おにランチ			牛乳 ヤクルトとおかし	鬼カレー (米、豚ひき肉、人参、大根、玉葱、コーン缶、レーズン) 金棒バーグ (鶏ひき肉、しぼり豆腐、玉葱、玉子、ごま、黒ごま、じゃが芋) レタスマカロニサラダ (マカロニ、人参、きゅうり、ツナ缶)
3 火	ごはん	節分汁	魚のゆかり揚げ	牛乳 おにまんじゅう	節分汁 (豚肉、大根、人参、ごぼう、生しいたけ、板こんにゃく、煮大豆) 魚のゆかり揚げ (魚、ゆかり) ブロッコリーのソテー おにまんじゅう (さつま芋、小麦粉)
4 水	丸パン	玉子の中華スープ	鯛の香りハンバーグ	牛乳 フルーツヨーグルト	玉子の中華スープ (人参、ゆで筍、生しいたけ、にら、玉子) 鯛の香りハンバーグ (イワシのミンチ、しぼり豆腐、玉葱、人参、生姜、玉子) キャベツとハムのごまマヨ和え フルーツヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、バナナ、フルーツカクテル缶)
5 木	ロールパン	ほうとう	ひじきの和風サラダ	牛乳 焼き芋	ほうとう (うどん玉、鶏もも肉、厚揚げ、かぼちゃ、人参、生しいたけ、里芋、白菜) ひじきの和風サラダ (ハム、人参、きゅうり、コーン缶、ひじき、ごま) 焼き芋 (さつま芋)
6 金	そばろごはん	大根のみそ汁	野菜炒め	牛乳 きなこ揚げパン	そばろごはん (米、鶏ひき肉、玉葱、人参) 大根のみそ汁 (大根、人参、玉葱、あげ) 野菜炒め (玉葱、人参、キャベツ、ピーマン、もやし) きなこ揚げパン (丸パン、きなこ)
7 土	ごはん	かぼちゃのスープ	厚揚げの塩マーボー	牛乳 焼きドーナツ	かぼちゃのスープ (かぼちゃ、玉葱、人参、玉子) 厚揚げの塩マーボー (豚ひき肉、厚揚げ、玉葱、にら、人参、にんにく、生姜) 焼きドーナツ (小麦粉、牛乳、黒糖、サラダ油、BP)
8 日					
9 月	ごはん	具だくさんみそ汁	チキン南蛮	牛乳 おからマーブルケーキ	具だくさんみそ汁 (玉葱、人参、もやし、キャベツ、えのき、焼き豆腐) チキン南蛮 (鶏もも肉、玉子、きゅうり) レタス おからマーブルケーキ (小麦粉、BP、玉子、バター、牛乳、おから、純ココア)
10 火	ロールパン	わかめラーメン	かぼちゃのそばろ煮	牛乳 青のりポテトビーンズ	わかめラーメン (ちゃんぽん玉、豚肉、白菜、人参、もやし、わかめ) かぼちゃのそばろ煮 (鶏ひき肉、人参、玉葱、かぼちゃ、生姜) 青のりポテトビーンズ (じゃが芋、煮大豆、青のり)
11 水					
12 木	もずく入りそばろ丼	キャベツのみそ汁	くだもの	牛乳 バレンタインマフィン	もずく入りそばろ丼 (米、鶏ひき肉、人参、もずく、いんげん、生姜) キャベツのみそ汁 (キャベツ、玉葱、人参) バレンタインマフィン (小麦粉、BP、牛乳、玉子、純ココア)
13 金	黒パン	五目中華スープ	魚の生姜焼き	牛乳 バナナヨーグルト	五目中華スープ (玉葱、人参、ゆで筍、玉子、春雨) 魚の生姜焼き (魚、生姜) おからサラダ バナナヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、バナナ)
14 土	ひじきごはん	のっぺい汁	ちくわの磯辺揚げ	牛乳 きなこ蒸しパン	ひじきごはん (米、鶏ひき肉、人参、切干大根、ひじき、あげ) のっぺい汁 (大根、人参、里芋、あげ、生しいたけ) ちくわの磯辺揚げ (ちくわ、天ぷら粉、青のり) きなこ蒸しパン (小麦粉、きなこ、BP、牛乳、玉子、サラダ油)
15 日					
16 月	ふりかけごはん	呉汁	サバのかば焼き	牛乳 ピザまん	ふりかけごはん (米、ふりかけ) 呉汁 (玉葱、人参、煮大豆、えのき、豆腐、寿司あげ) サバのかば焼き (サバ、ごま) 春雨ソテー ピザまん (小麦粉、BP、サラダ油、牛乳、豚ひき肉、玉葱、コーン缶、チーズ)
17 火	ガーリックライス	すり身のすまし汁	ほうれん草のごま和え	牛乳 あべ川マカロニ	ガーリックライス (米、ベーコン、玉葱、人参、ピーマン、にんにく) すり身のすまし汁 (白身魚のすり身、玉葱、人参、しめじ) ほうれん草のごま和え (ほうれん草、もやし、ごま) あべ川マカロニ (マカロニ、きなこ)
18 水	ロールパン	ねぎと生姜のあんかけうどん	根菜マヨサラダ	牛乳 フルーツポンチ	ねぎと生姜のあんかけうどん (うどん玉、生姜、鶏もも肉、えのき、かまぼこ、人参、長葱) 根菜マヨサラダ (ごぼう、れんこん、人参、きゅうり) フルーツポンチ (バナナ、りんご、みかん缶、パイナップル、フルーツカクテル缶、りんごジュース)
19 木	玄米ブレッド	ベーコンスープ	豆腐とトマトのパスタ	牛乳 さつまスティック	ベーコンスープ (ベーコン、玉葱、人参、キャベツ) 豆腐とトマトのパスタ (スパゲティ、しぼり豆腐、玉葱、人参、にんにく、トマト缶) さつまスティック (さつま芋)
20 金	おゆうぎ会				
21 土	中華ピラフ	高野豆腐のみそ汁	切干大根の煮物	牛乳 ココアとバナナのホットケーキ	中華ピラフ (米、鶏ひき肉、ムキエビ、玉葱、生姜、生しいたけ、白葱、玉子) 高野豆腐のみそ汁 (玉葱、人参、かぼちゃ、ほうれん草、高野豆腐) 切干大根の煮物 (切干大根、人参、あげ) ココアとバナナのホットケーキ (ホットケーキミックス、玉子、牛乳、豆腐、バナナ、純ココア)
22 日					
23 月					
24 火	わかめおにぎり	にらたまラーメン	大根と豚肉のこっくり煮	牛乳 りんごのコンポート	わかめおにぎり (米、炊き込みわかめ) にらたまラーメン (ちゃんぽん玉、ムキエビ、玉葱、人参、にら、玉子、もやし) 大根と豚肉のこっくり煮 (豚肉、大根、人参、生しいたけ、生姜) りんごのコンポート (りんご、レモン、りんごジュース)
25 水	丸パン	野菜スープ	ひじき入り厚焼き卵	牛乳 さつま芋のオレンジ煮	野菜スープ (玉葱、人参、かぼちゃ、ブロッコリー、チンゲン菜) ひじき入り厚焼き卵 (鶏ひき肉、ムキエビ、人参、玉葱、玉子、ひじき) マカロニ炒め さつま芋のオレンジ煮 (さつま芋、オレンジジュース)
26 木	ごはん	豆腐ともずくのスープ	魚のきのこあんかけ	牛乳 パンプディング	豆腐ともずくのスープ (玉葱、人参、えのき、豆腐、もずく) 魚のきのこあんかけ (魚、しめじ、えのき、生しいたけ、人参、玉葱、もやし) 粉ふき芋 パンプディング (食パン、玉子、牛乳、バニラオイル、ジャム)
27 金	メロンパン	コロコロ野菜スープ	おさかなバーグ	牛乳 みかんヨーグルト	コロコロ野菜スープ (大根、人参、コーン缶) おさかなバーグ (イワシミンチ、鶏ひき肉、玉葱、生姜) 炒め物 みかんヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、バナナ、みかん缶)
28 土	わかめごはん	豚汁	厚揚げの五目煮	牛乳 NEW さつま芋スコーン	わかめごはん (米、じゃこ、人参、生姜、わかめ、ごま) 豚汁 (豚肉、人参、ごぼう、かぼちゃ、大根、里芋) 厚揚げの五目煮 (鶏もも肉、煮大豆、糸こんにゃく、人参、厚揚げ) さつま芋スコーン (さつま芋、牛乳、小麦粉、BP、黒ごま)

※おやつのお菓子は手作りになります。材料の購入が出来ない時は献立の変更があります。