令和３年　2月　献立予定表

令和3年1月27日　幼保連携型認定こども園　城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	月	ごはん　鶏肉のソテー マカロニサラダ コンソメスープ	鶏もも肉　ウインナー	白米　薄力粉　バター マカロニ　コーン マヨネーズ　砂糖　さつまいも	レモン汁　にんにく　人参 きゅうり　レタス　玉ねぎ えのき　しめじ	きのこおにぎり	603
2	火	恵方巻(照り焼きチキン) 味噌汁　　大豆きな粉 ブロッコリーの胡麻和え　　**節分会**	海苔　鶏もも肉　卵　味噌 大豆　きな粉 とろけるチーズ 粉チーズ	白米　油　マヨネーズ　ごま 砂糖　ミックス粉 コーン	レタス　ブロッコリー きゅうり　人参　キャベツ 小松菜　小葱　玉ねぎ	チーズ蒸しパン	539
3	水	ゆかりごはん　炒り豆腐 野菜のおかか和え　牛乳	木綿豆腐　鶏挽肉　卵 かつお節　牛乳　おから	白米　砂糖　チョコレート 薄力粉　バター	玉ねぎ　人参　ニラ　干椎茸 キャベツ　もやし　ココア ゆかり	おからブラウニー	540
4	木	雑穀ごはん　魚のパン粉焼き 春雨サラダ　野菜スープ	魚　スキムミルク　ひじき	白米　雑穀　マヨネーズ パン粉　春雨　コーン 砂糖　油　さつまいも	きゅうり　人参　えのき キャベツ　小葱　玉ねぎ	ひじきおにぎり	613
5	金	麦ごはん　鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン　牛乳	鶏レバー　味噌　かまぼこ 牛乳　卵	白米　押麦　砂糖　油 ビーフン　さつまいも　バター	玉ねぎ　人参　キャベツ ピーマン	スイートポテト	571
6	土	スパゲティナポリタン ポテトスープ	ベーコン	スパゲッティ麺　油 さつまいも　バター	人参　玉ねぎ　ピーマン キャベツ　ケチャップ	お菓子	337
8	月	雑穀ごはん 鶏肉のオニオントマト煮 野菜とチーズのサラダ	鶏むね肉　ダイスチーズ スキムミルク　卵	白米　雑穀　油　薄力粉 バター　砂糖	玉ねぎ　しめじ　グリンピース トマト缶　トマトピューレ ケチャップ　人参　キャベツ きゅうり　マーマレード	マーマレード スコーン	482
9	火	麦ごはん　魚の照り焼き もぐもぐゴンボー　牛乳	魚　ちりめんじゃこ　ハム 牛乳　鶏挽肉	白米　押麦　砂糖　油 マヨネーズ	にんにく　ごぼう　きゅうり 人参　しょうが	そぼろおにぎり	531
10	水	ごはん　スパニッシュオムレツ 野菜のフレンチ和え トマトスープ	ベーコン　とろけるチーズ 卵　スキムミルク	白米　さつまいも 砂糖　油　ミックス粉	人参　玉ねぎ　ほうれん草 キャベツ　きゅうり　トマト えのき　パセリ	ちんすこう	541
11	木	**(祝）建国記念日**					
12	金	パン　ハンバーグ コールスローサラダ　牛乳	合挽肉　卵　牛乳 木綿豆腐　油揚げ	パン　パン粉　砂糖 コーン　マヨネーズ　白米	玉ねぎ　人参　ケチャップ キャベツ　きゅうり　小松菜	小松菜と油揚げの おにぎり	569
13	土	ごはん　豚肉の味噌炒め かきたま汁	豚肉　味噌　卵 わかめ	白米　油　砂糖 マヨネーズ	もやし　にんにく　ニラ キャベツ　人参　玉ねぎ	お菓子	431
15	月	麦ごはん　豚肉の生姜焼き 納豆和え	豚肉　納豆　卵	白米　押麦　砂糖 ミックス粉　さつまいも	玉ねぎ　人参　ほうれん草 キャベツ　しょうが	さつまいもケーキ	562
16	火	ごはん　魚のマヨネーズ焼き 野菜のドレッシング和え　牛乳	魚　スキムミルク　牛乳	白米　マヨネーズ　砂糖 オリーブ油　油 クリームコーン　コーン	きゅうり　ブロッコリー キャベツ　グリンピース ケチャップ	ケチャップおにぎり	605
17	水	じゃこご飯　味噌汁 大根の和風サラダ	鶏もも肉　ちりめんじゃこ 油揚げ　味噌　わかめ かつお節	白米　砂糖　油　さつまいも コーンフレーク　バター マシュマロ	人参　いんげん　干椎茸 玉ねぎ　こねぎ　大根 きゅうり	コーンフレークバー	424
18	木	ごはん　牛乳 ししゃもフライタルタルソース 青菜とコーンのごま和え	ししゃも　卵 スキムミルク　牛乳 かつお節	白米　薄力粉　パン粉 マヨネーズ　油　コーン ごま　砂糖	パセリ　玉ねぎ　人参 キャベツ　ほうれん草	おかかおにぎり	602
19	金	ジャージャーうどん　牛乳 もやしときゅうりの中華サラダ	豚挽肉　鶏挽肉　味噌 牛乳	うどん麺　砂糖　片栗粉 砂糖　ごま油　ごま　バター 薄力粉	長ねぎ　たけのこ　しょうが 人参　きゅうり　もやし　ココア	ココアクッキー	564
20	土	ハヤシライス みかんサラダ	牛肉	白米　油　砂糖	玉ねぎ　人参　きゅうり キャベツ　みかん缶 トマトピューレ グリンピース	お菓子	468
22	月	ごはん　タンドリーチキン 野菜のゆずドレッシング和え　牛乳	鶏もも肉　ヨーグルト スキムミルク　牛乳　卵	白米　砂糖　薄力粉 バター	ケチャップ　大根　人参 きゅうり　ゆず　ブルーベリー	ヨーグルト ブルーベリーケーキ	557
23	火	**(祝)天皇誕生日**					
24	水	鮭の混ぜご飯　タイピーエン 野菜のごま和え	鮭フレーク　かまぼこ 豚肉　牛乳	白米　春雨　ごま　砂糖 ミックス粉　さつまいも	しめじ　小松菜　干椎茸　玉ねぎ 人参　きくらげ　たけのこ 白菜　キャベツ　もやし	さつまいも蒸しパン	479
25	木	**お楽しみメニュー**	ツナ缶	白米　マヨネーズ	玉ねぎ	ツナマヨおにぎり	
26	金	麦ごはん 鶏肉と温野菜のチーズ焼き 野菜の甘酢和え　牛乳	鶏もも肉　とろけるチーズ 牛乳　スキムミルク	白米　押麦　じゃがいも さつまいも　砂糖　バター 薄力粉　ごま	ケチャップ　バジル　にんにく 玉ねぎ　ブロッコリー　キャベツ 人参　きゅうり	ごまクッキー	546
27	土	親子丼 味噌汁	鶏もも肉　卵　かまぼこ 味噌　絹ごし豆腐　わかめ	白米　油　砂糖	玉ねぎ　人参　干椎茸 長ねぎ 小松菜　小ねぎ	お菓子	403

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります　　●献立及び材料は変更する場合もあります。

節分

　例年2月3日が節分に当たりますが、今年は暦のずれの影響で2月2日が節分です。実に、124年ぶりだそうです。

　節分といえば、豆まきですね。豆には霊力が宿るとされ、この力で鬼を追い払うとされています。地域によっては大豆や落花生を食べたり、歳の数の豆を食べるようですよ。

　大豆には、たんぱく質が豊富に含まれており、硬さもあるので顎の運動にもなります。炒った大豆をまくだけでなく、是非、食べてみてくださいね。

　節分会では、照り焼きチキンを入れて、恵方巻をまきます。お楽しみに♪

お弁当デーについて

　２月はお弁当デーを設けていません。来月、2回お弁当デーを設けさせていただく予定です。ご協力をよろしくお願いします。