

# 平成 30 年 2 月 献立予定表

平成30年1月30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:熱や力となる	緑:調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	木	ごはん 鶏肉の唐揚げ わかめスープ 野菜のフレンチ和え	鶏肉 卵 ワカメ	白米 薄力粉 片栗粉 砂糖 ごま油 バター ごま	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	ごまクッキー	549
2	金	手巻き寿司 春雨スープ 大豆きなこ <b>節分会</b>	卵 ツナ缶 ベーコン 大豆 きな粉 牛乳	白米 マヨネーズ 砂糖 春雨 ごま油 片栗粉	焼きのり キャベツ 人参 白菜 ねぎ 干椎茸	ミルクくずもち	504
3	土	煮込みうどん 和風サラダ	鶏肉 かまぼこ かつお節	うどん 砂糖 油	人参 玉ねぎ キャベツ 干椎茸 小ねぎ きゅうり	お菓子	167
5	月	ごはん ツナと豆腐の卵とじ 野菜とワカメの甘酢和え	ツナ缶 卵 木綿豆腐 きな粉 わかめ	白米 砂糖 油 マカロニ	玉ねぎ 人参 長ねぎ きゅうり 大根	マカロニきなこ	372
6	火	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜サラダ 牛乳	魚 牛乳 卵	白米 マヨネーズ パン粉 砂糖 ごま 油	人参 きゅうり キャベツ	卵おにぎり	649
7	水	<b>初午(お弁当デー)</b>	<b>自由登園</b>			のり巻き おにぎり	144
8	木	麦ごはん 鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン 牛乳	鶏レバー かまぼこ 牛乳 卵	白米 麦 砂糖 油 ビーフン 薄力粉 バター	キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ マーメレード	マーメレード スコーン	597
9	金	ごはん タンドリーチキン 野菜の中華和え オニオンスープ	鶏肉 ヨーグルト かつお節	白米 砂糖 ごま油 ごま バター	ケチャップ 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ 小松菜	青菜 おにぎり	518
10	土	スパゲティーミートソース 野菜スープ	合挽肉	マカロニ 油	人参 玉ねぎ キャベツ ケチャップ ピーマン えのき 小ねぎ	お菓子	261
12	月	振替休日					
13	火	雑穀米 すき焼き風煮 野菜のおかか和え	牛肉 かつお節 牛乳 卵 絞豆腐	雑穀米 春雨 砂糖 薄力粉 バター	玉ねぎ 白菜 人参 長ねぎ キャベツ もやし	おから スコーン	578
14	水	ごはん スパニッシュオムレツ ツナサラダ 牛乳	ベーコン 卵 ひじき チーズ 牛乳 ツナ缶 大豆	白米 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 油	人参 パセリ キャベツ	ひじき おにぎり	708
15	木	お楽しみメニュー	かつお節	白米 薄力粉	キャベツ 人参 青のり	お好み焼き	518
16	金	ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 野菜の塩昆布和え	鶏肉 油揚げ	白米 砂糖 こんにゃく ごま	人参 ごぼう れんこん きゅうり 塩昆布 キャベツ	きつね おにぎり	402
17	土	ハヤシライス 野菜のごま和え	牛肉	白米 油 ごま 砂糖 ハヤシルー	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ もやし	お菓子	404
19	月	タイピーエン じゃがいものそぼろ煮	かまぼこ 豚肉 合挽肉	春雨 油 じゃがいも シリアル 砂糖 薄力粉 バター	干椎茸 玉ねぎ 人参 きくらげ 竹の子 白菜	シリアル クッキー	320
20	火	雑穀米 魚のマヨネーズ焼き 野菜の甘酢和え 牛乳	魚 牛乳 かつお節	雑穀米 マヨネーズ 砂糖 白米 バター コーン缶 ごま	キャベツ 人参 きゅうり	おかか おにぎり	578
21	水	ワカメご飯 にゅうめん 干し大根と人参の甘辛煮	かつお節 油揚げ わかめ	白米 砂糖 油 そうめん コーン	玉ねぎ 小ねぎ 人参 切干大根	ポップコーン	315
22	木	カレーライス 野菜の磯和え 牛乳	合挽肉 牛乳 ツナ缶 のり	じゃがいも 白米 油 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ もやし	ツナマヨ おにぎり	607
23	金	<b>お弁当デー</b>	牛乳 卵	ミックス粉 砂糖 チョコレート		チョコチップ 蒸しパン	116
24	土	<b>成長展</b>					
26	月	ごはん ポークビーンズ 大根の和風サラダ	豚肉 大豆 かつお節 牛乳 卵	白米 じゃがいも 油 砂糖 ミックス粉 バター	玉ねぎ 人参 グリーンピース ケチャップ 大根	マドレーヌ	501
27	火	雑穀米 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	雑穀米 砂糖 油 マヨネーズ 白米	にんにく ごぼう きゅうり 人参	塩昆布 おにぎり	496
28	水	ごはん 干草焼き 野菜のおかか和え	鶏挽肉 卵 牛乳 かつお節	白米 砂糖 マヨネーズ 雑穀米	玉ねぎ 人参 いんげん きくらげ キャベツ もやし	雑穀 おにぎり	478

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な材料だけ表示してあります。

●献立及び材料は変更する場合があります。



まだまだ寒い日が続きますね！暦の上では立春を迎えますが、一年で一番寒い時期です。かぜやインフルエンザに負けず元気に過ごすには、食事や睡眠、休養が大切です。体調管理に気を付けてこの寒い時期を乗り越えましょう。



## 節分

2月は節分会があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった「鬼」に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、一年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、お子さんとのコミュニケーションを図るといいかもしれませんね。日本の伝統や風習を通して、感性を養ってもらいたいものです。

## 恵方巻き

「恵方巻き」とは、節分の夜に食べる縁起物の太巻きのこと。暦の上では春を迎える節分の日に、1年の災いを払う厄落としや商売繁盛を願う意味で、太巻きをその年の恵方(吉方)に向かって丸かじりするのが習わしとされています。幼稚園のランチでは手巻き寿司にして食べますよ！  
今年の恵方は・・・**南南東やや右**

## お楽しみメニュー

1月のお楽しみメニューは・・・  
☆ごはん ☆タンドリーチキン  
☆野菜の中華和え ☆コンソメスープ  
でした！今月もメニューディレクターのお友だちが考えてくれます。お楽しみに♪