



※2月7日(水)と8日(木)の献立を交換・変更させていただきます。ご了承ください。

2月のきゅうしょくだより

令和6年

さくらんぼ保育園

日	曜	献立名	午後のおやつ	赤色の食品 骨・筋肉・血をつくる	黄色の食品 力と体温のもと	緑色の食品 身体の調子を整える
1	木	ご飯・麩とわかめの澄まし汁・厚揚げ豆腐の鶏そぼろあんかけ・三色野菜のおかか和え・ひじきとりのり佃煮	ころころポテト	鶏挽肉・厚揚げ豆腐	麩・片栗粉 じゃがいも	きゃべつ・人参 玉ねぎ・小松菜
2	金	ご飯・春雨スープ・おにパarg・三色野菜のごま和え	甘納豆蒸しパン	豚挽肉・豆腐 きなこ	春雨・蒸し中華 ごま	玉ねぎ・小松菜 人参・もやし・ねぎ
3	土	ちゃんぽんうどん・じゃがいもと人参のきんぴら 鉄強化チーズ	せんべい・ビスケット	豚肉	うどん じゃがいも	小松菜・人参 きゃべつ・玉ねぎ
5	月	ポークカレーライス・春雨サラダ・鉄強化ヨーグルト	せんべい・ビスケット	豚肉	じゃがいも 春雨・上新粉	玉ねぎ・小松菜 人参
6	火	ご飯・納豆汁・鮭の照り焼き・和風サラダ	ココアケーキ	納豆・豆腐 油揚げ・鮭	ごま 上新粉	ねぎ・大根 小松菜・もやし
7	水	味噌煮込みうどん・きなこサラダ・鉄強化チーズ	せんべい・ビスケット	豚肉・卵なしウイ ンナー・ツナ油漬け	うどん 押し麦	椎茸・人参・白菜 ねぎ・ブロッコリー
8	木	ご飯・具だくさんスープ・豚肉と野菜のジンジャーソー しょうゆフレンチ	人参とツナの 炊き込みおにぎり	卵なしウイ ンナー 豚肉	じゃがいも 小麦粉	白菜・玉ねぎ 小松菜・きゃべつ
9	金	ご飯・豆腐とわかめの澄まし汁・豚肉の甘味噌炒め 三色野菜ののり和え	せんべい・ビス ケット	豆腐 豚肉・豆乳	小麦粉	ねぎ・玉ねぎ ほうれん草・人参
10	土	野菜うどん・かぼちゃのうま煮・鉄強化チーズ	せんべい・ビスケット	豚肉	干しうどん	白菜・玉ねぎ もやし・かぼちゃ
13	火	ご飯・厚揚げ豆腐と小松菜の味噌汁 大根と鶏肉のカレーマト煮・温野菜のごま風味サラダ	アップルケーキ	厚揚げ豆腐 鶏肉・鶏卵	じゃがいも ごま・小麦粉	大根・小松菜 人参・ブロッコリー
14	水	ご飯・わかめスープ・麻婆豆腐・もやしのチャプチェ	せんべい・ビス ケット	豚挽肉・豆腐 粉チーズ	ごま・春雨	竹の子・人参 もやし・ねぎ
15	木	パン・豆腐と小松菜のスープ・ささみフライ・コールスロー サラダ 5歳児 ジャムパン・豆腐と小松菜のスープ/ささみフライ・コールスロー サラダ/牛乳・りんごゼリー(カップ入り)	せんべい・ビスケット	豆腐 鶏肉 鶏卵	パン粉 小麦粉	小松菜 きゃべつ きゅうり 人参 コーン
16	金	ご飯・豚汁・鶏肉の照り煮・とんぶりときのこの納豆和え	バナナクッキー	豚肉・豆腐 鶏肉・納豆	しらたき 小麦粉	大根・えのき茸 ブロッコリー
17	土	スープスパゲティ・じゃがいもとちくわの含め煮 鉄強化チーズ	せんべい・ビスケット	ベーコン ちくわ・豆乳	スパゲティ じゃがいも	人参・玉ねぎ 小松菜・コーン
19	月	切り干し大根のカレーライス・ブロッコリーのごま和え 鉄強化ヨーグルト	せんべい・ビスケット	豚肉・豆乳	じゃがいも	人参・しめじ ブロッコリー
20	火	ご飯・豆腐とえのき茸の澄まし汁・たらフライのタルタル風 味・野菜のお浸し	スイートポテト	豆腐・魚 鶏卵	小麦粉 パン粉・さつまいも	えのき茸・もやし 人参・きゃべつ
21	水	ご飯コンソメスープ・じゃがいもの味噌バター煮 切り干し大根とハムの和風サラダ	せんべい・ビスケット	鶏挽肉 ロースハム	春雨・じゃがいも 押し麦・ごま	人参・小松菜 玉ねぎ・もやし
22	木	豚丼・大根と鶏肉の韓国風スープ カレー風味チャプチェ	ふわふわ中華まん	豚挽肉・鶏肉・卵 なしウイ ンナー	春雨・片栗粉	玉ねぎ・大根 ほうれん草・人参
24	土	焼きそば・白菜と椎茸のスープ・鉄強化チーズ	せんべい・ビスケット	豚肉 ベーコン	蒸し中華 ごま	きゃべつ・人参 白菜・椎茸・もやし
26	月	ご飯・きゃべつとベーコンのシチュー・ゆで豚サラダ ポイルウイ ンナー	せんべい・ビスケット	ベーコン・豚肉 ウイ ンナー・豆乳	上新粉・押し麦 じゃがいも	玉ねぎ・きゃべつ 人参・もやし
27	火	ご飯・むらも汁・魚のごま味噌煮・野菜のチーズ焼き	黒糖蒸しパン	豆腐・鶏卵 魚・チーズ	じゃがいも ごま・押し麦	人参・玉ねぎ かぼちゃ・ねぎ
28	水	ご飯・厚揚げ豆腐とじゃがいもの味噌汁・ツナナゲット 切り干し大根のさっぱり和え・味付けのり	焼きいも	厚揚げ豆腐 ツナ油漬け	じゃがいも さつまいも	きゅうり・もやし 人参・ブロッコリー
29	木	ご飯・春雨と小松菜のスープ・肉じゃが ゆで野菜のオーロラソース	せんべい・ビスケット	豚肉 豆腐	春雨 じゃがいも	小松菜・玉ねぎ コーン・きゃべつ

2月3日は節分です。

節分の日に、なぜ、恵方巻きを食べるの？

A. 陰陽道で、その年の福德を司る年神様がいらっしゃる方向、恵方に向かって事を行なえば、「何ごとも吉」とされました。その方向を向いて巻き寿司を食べることから、「恵方巻き」「恵方寿司」と呼ばれるようになったのです。今年は東北東です。豆まきが終わったら、東北東を向いて食べましょう。

