



給食だより



令和7年2月

昼 食				3時のおやつ		朝のおやつ (ひよこ組)	
日	曜	お か ず	デザート	飲み物	おやつ	飲み物	おやつ
1	土	小さいわしのカリカリ揚げ 豚汁	スティックゼリー	ミルク	ベジたべる	牛乳	ミレービスケット
◎3	月	誕生会・節分 枝豆おにぎり ハンバーグ フロccoliー 人参グラッセ ベーコンポテト コンソメスープ	いちご	〃	豆乳プリン	〃	ビスケット
4	火	鶏肉のごまみそ焼き 切干大根の酢の物 春雨スープ		〃	せんべい	〃	サッポロポテト
●5	水	ひじきの炒め煮 チップスサラダ		〃	じゃがもち	〃	ジャムトースト
▲6	木	皿うどん 中華風コーンスープ		〃	オレオ	〃	せんべい
●7	金	筑前煮 もやしのごま和え		〃	フライドポテト	〃	バナナ
8	土	豚丼 白菜のおかか和え みそ汁		〃	かっぱえびせん	〃	アスパラガスビスケット
10	月	チキンカツ ポテトサラダ 豆乳スープ		〃	チョイス	〃	ビスケット
●12	水	きんぴら炒め なます サバの照り焼き		〃	たぬきおにぎり	〃	ジャムトースト
13	木	ドライカレー スパゲッティサラダ		麦茶	ソフル	〃	かっぱえびせん
●14	金	鶏肉と厚揚げの味噌煮 もやし酢の物	パイナップ	ミルク	マーブルケーキ	〃	ミレービスケット
▲15	土	ちゃんぽん汁 ごま和え		〃	バーベQ味	〃	バナナ
17	月	親子丼 中華きゅうり みそ汁		〃	チーズケーキ	〃	ビスケット
18	火	カレーの野菜あんかけ さつま芋の甘煮 かきたま汁		〃	バナナ・動物ポーロ	〃	サッポロポテト
●19	水	春雨と肉のごま炒め 油揚げ酢の物		〃	おさつチップス	〃	ジャムトースト
▲20	木	カレーうどん りんごと野菜のサラダ		〃	シスコーン	〃	動物ポーロ
●21	金	切り干し大根の炒め煮 ひじき酢の物		〃	ホットケーキ	〃	バナナ
22	土	冬野菜のシチュー マカロニサラダ		〃	サッポロポテト	〃	野菜バー
25	火	サバのみりん焼き 小松菜の煮びたし みそ汁		〃	アスパラガスビスケット	〃	ビスケット
●26	水	肉じゃが 納豆和え		〃	ドーナツ	〃	ジャムトースト
▲27	木	きのこベーコンの豆乳パスタ 大根サラダ		〃	塩せん	〃	かっぱえびせん
●28	金	マーボー豆腐 ごぼうサラダ		〃	ゼリー	〃	バナナ

●：玄米給食の日 ▲：麺類の日 ◎：行事食の日 緑色の字：新メニュー

【りんごと野菜のサラダ】

材料(1人分)

りんご・・・10g：皮を剥いて塩水のつけ、水気をとってから千切りにする

- 人参・・・5g：千切りにして塩もみか蒸して水分をきっておく
 - きゅうり・・・10g：千切りにして塩もみか蒸して水分をきっておく
 - キャベツ・・・10g：千切りにして塩もみか蒸して水分をきっておく
 - 玉ねぎ・・・5g：千切りにして塩もみか蒸して水分をきっておく
 - 砂糖・・・0.3g
 - 塩・・・0.1g
 - 酢・・・0.4g
 - マヨネーズ・・・5g
- (保育園では野菜は蒸しています)
一緒に合わせておく(すし酢でも可)



作り方

すべての材料をボールに入れて混ぜ合わせる。
(アクセントがほしい時は、コショウ(粗びきコショウ)を加えてもいいです)

節分の豆まき

節分に豆をまくのは、旧暦の新年の始まりである立春の前日に、家に災い=鬼が入り込まないようにするためにいわれています。鬼を魔ととらえ、鬼の目(魔目)を打つという意味で、豆が用いられているといわれています。

