



# 《令和4年2月 給食献立表》

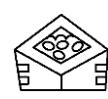
★★★大野保育所★★★



日	曜	9時おやつ		昼食		3時おやつ	
		(乳児)		(乳児)	全員	全員	
1	火	牛乳	あられ	牛乳	お弁当の日		おこめぱふここあ 牛乳
2	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚の南蛮漬け、大根のみそ汁 キャベツのごま和え、パイン	あつぷるほっとけーき 牛乳
3	木	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	誕生会	プチパン、鶏肉のマーマレード焼き 肉団子のスープ、豚しゃぶサラダ、いちご	けーき 牛乳
4	金	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	チキンカレー(ライス)、五目卵焼き ほうれん草サラダ、トマト、キウイ	とうふどーなつ 牛乳
5	土	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	温野菜のポン酢和え、すまし汁 蒸しさつまいも、オレンジ	しょうゆせんべい 牛乳
7	月	牛乳	野菜チップ	牛乳	ごはん	魚のごまみそ焼き、にらたま汁 酢の物、アスパラ、りんご	ふる一つよーぐると
8	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	ちくわのカレー天ぷら、そうめん汁 ほうれんそうの白和え、納豆、パイン	えびせん 牛乳
9	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	麻婆豆腐、ゆで卵 わかめとツナの炒め物、チーズ、キウイ	だいちりこのあげに 牛乳
10	木	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	鮭のムニエル、とうがんスープ ポテトサラダ、ブロッコリー、いちご	まるぼーろ のむよーぐると
12	土	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	ビーフン、さつま汁、きゅうりもみ、バナナ	げんまいぽんせん 牛乳
14	月	牛乳	めーぷるびす	牛乳	ごはん	五目大豆煮、中華五目スープ ツナアスパラ、りんご	きなことーすと 牛乳
15	火	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	魚のチーズフライ、ミネストローネ かぼちゃのサラダ、ミニトマト、パイン	おからかりんとう 牛乳
16	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ひじきのすり身揚げ、白菜のみそ汁 きゅうりのナムル、オレンジ	ちーずむしばん 牛乳
17	木	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	鶏肉のトマト煮、ブロッコリーのソース炒め スパゲティーサラダ、キウイ	こざかなすなっく やくると
18	金	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	マカロニシチュー、ハムとチーズの卵焼き アップルサラダ、枝豆、いちご	いもよせ 牛乳
19	土	牛乳	野菜チップ	牛乳	ごはん	なすのみそ炒め、かぼちゃのみそ汁 ブロッコリーのツナマヨ、バナナ	おこめりんぐ 牛乳
21	月	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	ししゃものフライ(魚のフライ) イタリアンスープ、五目和え、いちご	じゃこおにぎり 牛乳
22	火	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	青椒肉絲、親子汁、 マロニーサラダ、チーズ、バナナ	かすてら のむよーぐると
24	木	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	長崎皿うどん、しゅうまい ブロッコリーの卵とじ、ミニトマト、パイン	みれーびすけつと 牛乳
25	金	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	きのこのハヤシ(ライス)、洋風卵焼き 大根とベーコンのサラダ、キウイ	ふる一つよーぐると
26	土	牛乳	めーぷるびす	牛乳	ごはん	すき焼きうどん、ウインナー ゆかり和え、りんご	どうぶつびすけつと 牛乳
28	月	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	ハムステーキ、白菜とたけのこのスープ レバーとささ身の変わり和え、オレンジ	まかろにのきなこあえ 牛乳



## 給食だより



＜豆まきの豆は・・・？＞

2月3日は節分です。季節の節を分けるという意味で、豆まきをして邪気を清め、病気にかかりやすい悪い鬼を追い払います。豆を自分の歳の数だけ食べると、一年間無病息災で過ごせると言われています。保育所では豆の代わりに飴を使って「飴まき」を予定しています。大豆は肉や魚のようにタンパク質を多く含んでいるため、「畑の肉」と言われています。また、骨を丈夫にする、イライラを抑える、コレステロールを下げるなど様々な働きが期待されています。大豆からできる食品はたくさんあり、毎日の給食に欠かせません！【豆腐、納豆、枝豆、もやし、きなこ、醤油、みそなど…】※マヨネーズやアイスクリームなどの加工品に乳化剤としても用いられています。

★1日は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。

☆3日は「お誕生会・豆まき会」です。行事食のため、主食はいりません。

