



# 《令和5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	水	牛乳 ごまびすけっと	牛乳	お弁当の日	
2	木	牛乳 バナナ	牛乳 麦ごはん	魚のゴマフライ、卵とわかめのスープ きゅうりのナムル、オレンジ	くらっかー 牛乳
3	金	牛乳 ごぼうせんべい	牛乳 <b>誕生会</b>	プチパン、ハンバーグ、大根のスープ ポテトフライサラダ、いちご	ござかなすなっく 牛乳
4	土	牛乳 びすこ	牛乳 ごはん	切干大根の煮物、そうめん汁 ブロッコリーのおかか和え、りんご	けーき 牛乳
6	月	牛乳 りんご	牛乳 ごはん	魚のマヨネーズ焼き、マロニースープ みかんサラダ、キウイ	えびすなっく 牛乳
7	火	牛乳 せんべい	牛乳 ごはん	鶏肉のトマト煮、ブロッコリーの卵とじ マカロニサラダ、バナナ	ひこうきびすけっと 牛乳
8	水	牛乳 桃缶	牛乳 ごはん	おでん、ウインナー、枝豆 ワカメとツナの炒め物、パン	ふる一つよーぐると
9	木	牛乳 めーぶるびす	牛乳 麦ごはん	納豆と野菜のかき揚げ、豆腐のみそ汁 マロニーの酢の物、いちご	かすてら のむよーぐると
10	金	牛乳 あられ	牛乳 ごはん	ビーンズカレー(ライス)、五目卵焼き ほうれん草サラダ、オレンジ	とりにくとおおばのおにぎり 牛乳
13	月	牛乳 バナナ	牛乳 ごはん	五目すりみあげ、にらたま汁 ほうれんそうの白和え、パン	やさいかりんとう 牛乳
14	火	牛乳 かぼちゃせん	牛乳 ごはん	ポークビーンズ、じゃこサラダ 炒り卵、りんご	みれーびすけっと 牛乳
15	水	牛乳 桃缶	牛乳 ごはん	鮭のバターしょうゆ焼き、アスパラソテー 野菜と肉団子のスープ、キウイ	ここあほっとけーき 牛乳
16	木	牛乳 ごまびすけっと	牛乳 麦ごはん	クリームシチュー、チーズの卵焼き ブロッコリーサラダ、バナナ	いもよせ 牛乳
17	金	牛乳 びすこ	牛乳 ごはん	青椒肉絲、中華風コーンスープ ささみサラダ、オレンジ	かくにまん 牛乳
18	土	牛乳 せんべい	牛乳 ごはん	野菜炒め、親子汁、蒸しかぼちゃ、りんご	おからかりんとう 牛乳
20	月	牛乳 りんご	牛乳 ごはん	魚のゴマしそ揚げ、トマトと卵のスープ 中華風サラダ、パン	おこめぱふここあ 牛乳
21	火	牛乳 ごぼうせんべい	牛乳 ごはん	ひじきと大豆煮、ナスの味噌汁 ゆかり和え、チーズ、いちご	げんまいぼんせん 牛乳
22	水	牛乳 桃缶	牛乳 ごはん	魚の照り焼き、豚汁 ほうれんそうのごま和え、オレンジ	えびせん 牛乳
24	金	牛乳 きなこびすけっと	牛乳 麦ごはん	きのこのハヤシ(ライス)、ツナ入り卵焼き 豚しゃぶサラダ、キウイ	まるぼーろ のむよーぐると
25	土	牛乳 あられ	牛乳 ごはん	長崎皿うどん、ハムステーキ 枝豆、バナナ	ふる一つよーぐると
27	月	牛乳 めーぶるびす	牛乳 ごはん	焼きししゃも(魚の塩焼き)、団子汁、 スパゲティサラダ、いちご	どうぶつびすけっと 牛乳
28	火	牛乳 むしいも	牛乳 ごはん	鶏肉のマーレード焼き イタリアンスープ、レタスサラダ、りんご	かれーしょくぱん 牛乳
					とうふいりきなこだんご 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。

