

2021年

ふたばがおかようちえん



〈調理担当〉  
大木(おおき) 南(みなみ)  
高橋(たかはし)  
〈献立担当〉  
橋本(はしもと)



日付	行事	献立	エネルギー(kcal)	材料名		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01月	節分	★大豆入りキーマカレー、ブロッコリーとツナのマヨ和え	278.8	じゃがいも、マヨネーズ、油	豚ひき肉、大豆、ツナ	人参、アツメ、玉葱、ホールトマト缶詰、コーン、グリルピース、にんにく、しょうが
02月	火	きのこのスープ、チキンナゲット、ひじきの煮物	217.1	さといも、油、砂糖	チキンナゲット、いんげん	玉葱、人参、しめじ、えのきたけ、小松菜、ひじき、カットわかめ
03月	水	豆腐スープ、和風ピピンバ	143.8	砂糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、錦糸卵、ごま	もやし、ほうれんそう、人参、胡瓜、玉葱、ねぎ、コーン、カットわかめ
04月	午前保育日	(軽食)ちゃんぽんうどん	117.9	うどん、ごま油	豚肉	キャベツ、玉葱、たけのこ、人参、もやし、にら
05月	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
08月	月	油揚げのみそ汁、さわらの西京焼き、かぼちゃのそぼろ煮	209.9	砂糖	鶏ひき肉、さわら、味噌、油揚げ、いんげん	かぼちゃ、人参、玉葱、ねぎ
09月	火	★チキンボールシチュー、マカロニサラダ	268.1	じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ、油、砂糖	ロースハム	人参、玉葱、ブロッコリー、胡瓜、コーン
10月	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
12月	金	★春雨スープ、シュウマイ、ほうれん草ともやしのナムル	130.7	はるさめ、ごま油	しゅうまい、鶏ささ身、ごま	ほうれんそう、もやし、人参、玉葱、コーン、カットわかめ
15月	月	レタスとベーコンのスープ、野菜コロッケ&ポロネーゼ	239.3	スパゲティ、油	ベーコン、豚ひき肉、牛ひき肉	コーン、人参、玉葱、レタス、ホールトマト缶詰
16月	火	豆腐のみそ汁、鮭の塩焼き、肉じゃが	228.6	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	豚肉、さけ、木綿豆腐、味噌	人参、玉葱、ねぎ
17月	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
18月	木	中華スープ、揚げ餃子、焼きビーフン	195.0	ビーフン、油、ごま油	ぎょうざ、魚肉ソーセージ	玉葱、人参、チンゲンサイ、キャベツ、青ピーマン、干しいたけ
19月	お誕生日会	★ミネストローネ、チキンフライお野菜タルタル、ブロッコリーとコーンのソテー、バレンタインケーキ	422.8	ホットケーキ粉、マヨネーズ、油、砂糖、マーガリン	チキン竜田、大豆、ホイップクリーム、ベーコン	キャベツ、玉葱、ブロッコリー、ホールトマト缶詰、コーン、いちご、人参
22月	月	ワカメのすまし汁、豚肉のしょうが焼き、ほうれん草のお浸し	164.3	焼豆、砂糖、油、片栗粉	豚肉、かつお節	ほうれんそう、人参、玉葱、キャベツ、カットわかめ
24月	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
25月	木	玉ねぎと卵のみそ汁、白身魚のフライ、切干し大根の煮物	215.3	しらたき、油、砂糖	白身魚のフライ、卵、味噌、油揚げ、いんげん	人参、玉葱、しいたけ、切り干しだいこん、ねぎ
26月	金	★チキンカレー、スパサラ	272.7	じゃがいも、マヨネーズ、スパゲティ、油	鶏ひき肉、ロースハム	玉葱、胡瓜、キャベツ、人参
3/1月	月	すまし汁、メンチカツ、厚揚げと大豆の煮物	233.8	油、砂糖	メンチカツ、大豆、厚揚げ、いんげん	大根、えのきたけ、人参、ねぎ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

### 節分の日について

「節分」という言葉には「季節を分ける」という意味があります。昔、日本で春は一年の始まりとされ、特に大切にされたそうです。そのため、春が始まる日、つまり冬と春を分ける日だけを「節分」と呼ぶようになったそうです。

節分は「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味を込めて悪い物を追い出す日となっています。

節分の日には毎年2月3日でしたが、今年は37年ぶりに2月2日になります。園では、豆を使った料理を給食に取り入れていますので、たくさん食べて病気にかかりにくい体作りをしましょう。



### 2/14は「バレンタインデー」

2/14はバレンタインデーになります。なぜこの日がバレンタインデーになったのか、みなさんは知っていますか？

昔、ヨーロッパのローマという国は、結婚することを許してもらえない時期がありました。それをかわいそうだと思った「バレンタイン」という牧師さんが、偉い人に内緒で結婚させてあげていましたが、偉い人に見つかり怒られて厳しい罰を受けることとなり、遠い国に行くことになったそうです。バレンタインさんがいなくなっても若い恋人たちは感謝して、バレンタインさんがいなくなった2/14を「バレンタインデー」として好きな人に気持ちを伝える日になったそうです。

