

2021年

ふたばがおかようちえん



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



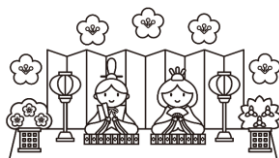
日付	行事	アップ	献立	エネルギー(kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01月		★	すまし汁、メンチカツ、厚揚げと大豆の煮物	220.0	油、砂糖	メンチカツ、大豆、厚揚げ、いんげん	大根、えのきたけ、人参、ねぎ
02火			手毬麩のすまし汁、鮭の塩焼き、彩りブロッコリー、桜餅	145.1	焼酎	さけ、味噌、卵	ブロッコリー、えのきたけ、貝割れ菜
03水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
04木			玉ねぎと卵のみそ汁、焼き肉風炒め	228.4	油	豚肉、卵、味噌	玉葱、人参、キャベツ、もやし、青ピーマン、ねぎ
05金		★	ビーフシチュー、キャベツのおかかあえ、プリンゼリー	261.9	じゃがいも、油	牛肉、牛乳、かつお節	ほうれんそう、キャベツ、玉葱、ブロッコリー、人参
08月			きのこのみそ汁、お魚バーグ、切干し大根の煮物	115.8	しらたき、砂糖	お魚バーグ、味噌、油揚げ、いんげん	人参、玉葱、えのきたけ、しめじ、しいたけ、切り干しだいこん、ねぎ、カットわかめ
09火	お誕生日会	★	コンソメスープ、チキン竜田、中華サラダ、三色ゼリー	423.0	じゃがいも、油、砂糖、はるさめ、ごま油	チキン南蛮、カルピス、ホイップクリーム、魚肉ソーセージ、ベーコン、ごま	胡瓜、玉葱、いちご、人参、キウイフルーツ、貝割れ菜、コーン、かんてん
10水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
11木		★	餃子スープ、マーボー豆腐	189.5	ごま油、片栗粉、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、ぎょうざ、味噌	人参、白菜、玉葱、貝割れ菜、ねぎ
12金		★	ビーフカレー、フルーツヨーグルト	273.2	じゃがいも、砂糖、油	牛肉、プレーンヨーグルト	玉葱、人参、みかん、バナナ、パイナップル
13土	卒園式		ヤキリンゴパン、コンク	160.2	ヤキリンゴパン	乳酸菌飲料	
15月			かき玉汁、さばの竜田揚げ、キャベツのソテー	216.2	さば、油、片栗粉	卵、魚肉ソーセージ	キャベツ、玉葱、人参、コーン、ねぎ、しめじ
16火			豆腐汁、照り焼きミートボール、人参しりしり	196.0	砂糖、油、片栗粉	チキンボール、木綿豆腐、ツナ、いんげん、かつお節	もやし、人参、えのきたけ、コーン、ねぎ
17水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
18木			団子汁、さわらの西京焼き、小松菜のお浸し	184.7	やせうま、砂糖	さくら、豚肉、味噌、油揚げ、かつお節	小松菜、白菜、人参、キャベツ、ごぼう、大根、かぼちゃ、ねぎ
19金	修了式		卵ロールパン、クリームパン、牛乳	359.8	パン、クリームパン、マヨネーズ	牛乳、卵	

※★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。

3/3は「ひな祭り」

ひな祭りとは3月3日の桃の節句のことで、女の子の健やかな成長や幸せを願ってお祝いする日です。ひな祭りの雛人形は、子ども達の変わりに病気や事故を守ってくれるとされています。そのため、女の子が元気で幸せになるように、お祝いや感謝の気持ちを込めて雛人形を飾ります。

ひな祭りにまつわる食べ物として、ひなあられやしもちがあります。これらも皆さんの健康を願うという意味が込められていますので、是非お家で食べてください。



3/17~23は「春のお彼岸」

3月17日から1週間が春のお彼岸になります。仏教では、ご先祖様のいる世界を彼岸(ひがん)、いま私たちが生きているこの世界を此岸(しがん)といいます。お彼岸はこの彼岸と此岸が1年のうちで1番近づく日のことをいい、ご先祖様を供養する大切な節目になります。

お彼岸の日にお供えする食べ物として「おはぎとぼた餅」があります。春のお彼岸には、牡丹の花が咲くことからぼた餅、秋のお彼岸には、はぎの花が咲くことからおはぎをお供えします。皆さんもぜひご先祖様にお供えしてください。

