

2022年

ふたばがおかようちえん



〈調理担当〉
大木 南
高橋 中村
〈献立担当〉
橋本



| 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 火 | | 豆腐のすまし汁、さばの塩焼き、肉じゃが | 228.3 | じゃがいも、しらたき、砂糖、油 | 豚肉、さば、木綿豆腐 | 人参、玉葱、えのきたけ、ねぎ |
| 02 水 | お弁当日 | 愛情たっぷりのお弁当をお願いします。 | | | | |
| 03 木 | | 手毬麩のすまし汁、オムレツ、ブロッコリーとかにかまの和え物、桜餅 | 153.1 | 焼心 | オムレツ、味噌、かにかまぼこ、かつお節 | ブロッコリー、えのきたけ、貝割れ菜 |
| 04 金 | | ミネストローネ、コロッケ、コーンスローサラダ | 224.0 | コロッケ、じゃがいも、油、マヨネーズ、砂糖 | ロースハム、ベーコン | キャベツ、胡瓜、玉葱、コーン、人参、ホールトマト |
| 07 月 | | ★ 汁ビーフン、和風ピピンバ | 166.4 | ビーフン、ごま油、砂糖 | 豚ひき肉、鶏ひき肉、豚肉、錦糸卵、ごま | もやし、ほうれんそう、人参、胡瓜、玉葱、キャベツ、青ピーマン、赤ピーマン、ねぎ、しょうが |
| 08 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 | 446.6 | じゃがいも、油、砂糖、はるさめ、ごま油 | チキン南蛮、乳酸菌飲料、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 |
| 09 水 | お弁当日 | 愛情たっぷりのお弁当をお願いします。 | | | | |
| 10 木 | | 五目汁、シュウマイ、厚揚げと大豆の煮物 | 185.2 | さといも、砂糖、油 | しゅうまい、大豆、厚揚げ、いんげん、油揚げ | 大根、人参、ごぼう、ねぎ |
| 11 金 | | ★ キーマカレー、フルーツポンチ | 286.2 | じゃがいも、砂糖、油 | 豚ひき肉、大豆 | 人参、みかん、パイン、もも、玉葱、バナナ、ホールトマト、グリーンピース、にんにく、しょうが |
| 12 土 | 卒園式 | 【軽食】ヤキリンゴパン、乳酸菌飲料 | 160.2 | ヤキリンゴパン | 乳酸菌飲料 | |
| 14 月 | | キャベツとベーコンのスープ、メンチカツ、ほうれん草とコーンのソテー | 175.3 | 油、砂糖 | メンチカツ、ベーコン | 玉葱、ほうれんそう、キャベツ、人参、コーン |
| 15 火 | | ぶた汁、さわらの西京焼き、小松菜のお浸し | 150.7 | 砂糖 | さわら西京焼き、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、ねぎ |
| 16 水 | お弁当日 | 愛情たっぷりのお弁当をお願いします。 | | | | |
| 17 木 | | ★ クリームシチュー、マカロニサラダ | 208.7 | じゃがいも、マカロニ、マヨネーズ | 鶏もも肉、ロースハム | 玉葱、人参、胡瓜、ブロッコリー、コーン、キャベツ |
| 18 金 | | ★ きつねうどん、白身魚のフライ、かぼちゃのそぼろ煮 | 315.7 | うどん、油、砂糖 | 白身魚フライ、鶏ひき肉、鶏むね肉、油揚げ、いんげん | かぼちゃ、ねぎ、わかめ |
| 22 火 | | ★ ビーフカレー、フルーツフルーチェ | 243.5 | じゃがいも、油 | 牛肉、牛乳 | 玉葱、人参、みかん、バナナ |
| 23 水 | 修了式 | 【軽食】卵ロールパン、クリームパン、牛乳 | 359.8 | パン、マヨネーズ | 牛乳、卵 | |
| 4/11 月 | | ★ ハヤシライス、フルーツポンチ | 223.4 | 砂糖、油 | 牛肉 | 玉葱、みかん、パイン、人参、もも、バナナ、しめじ |

※★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」

3月3日は「桃の節句・ひな祭り」です。ひな祭りには古くから伝わる伝統的なお祝い料理があり、春の訪れを伝える食材が使われています。代表的なものとして、ちらし寿司やはまぐりのお吸い物、ひし餅やひなあられなどがあげられますが、それぞれの料理や色にも縁起のいい意味が込められています。

ひなあられには、赤・白・緑などの色がついており、赤には生命のイメージ、白には雪のイメージ、緑には木々の新芽のイメージがついています。1年を通じて健やかな成長を祈るために、可愛らしい色合いのひなあられはお祝いにぴったりのお菓子なので、是非食べてみてください。

