

2023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 水		★ 大豆入りキーマカレー、ブロッコリーとツナのマヨ和え	254.5	じゃがいも、マヨネーズ、油	豚ひき肉、大豆、はごろもツナ	人参、ブロッコリー、玉葱、ホールトマト、コーン、グリーンピース、にんにく、しょうが
02 木	午前保育 (ふたば祭準備)	からあげサンド、ミニクリームパン、乳酸菌飲料	277.8	パン、マヨネーズ	乳酸菌飲料、チキン竜田	キャベツ
03 金	ふたば祭 お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
6 月		団子汁、お魚バーグ、ひじきと大豆の炒り煮	224.3	やせうま、油、砂糖	お魚バーグ、豚肉、大豆、ちくわ、味噌、油揚げ	白菜、人参、ごぼう、大根、かぼちゃ、ひじき、ねぎ
7 火		のっぺい汁、ちくわのカレー揚げ、ほうれん草ともやしのナムル	178.5	さといも、てんぷら粉、油、砂糖、片栗粉、ごま油	ちくわ、鶏もも肉、木綿豆腐、蒸し鶏ほぐし、ごま	ほうれん草、もやし、人参、ごぼう、ねぎ
8 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
9 木		餃子スープ、ホイコーロー	150.7	砂糖、油、ごま油	豚肉、水餃子、味噌、ごま	キャベツ、人参、青ピーマン、玉葱、生しいたげ、たけのこ、ねぎ
10 金		★ ハヤシライス、フルーツポンチ	236.3	砂糖、油、片栗粉	牛肉	玉葱、人参、みかん、パイナップル、もも、バナナ、ホールトマト、マッシュルーム、グリーンピース
13 月		豆腐とわかめのみそ汁、メンチカツ、大根の梅肉あえ	147.7	はるさめ、油、砂糖	木綿豆腐、メンチカツ、味噌、ゆかり、しらす干し	大根、胡瓜、玉葱、うめ干し、ねぎ、わかめ
14 火		★ ワカメスープ、和風ビビンバ	107.1	砂糖、ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉、錦糸卵、ごま	もやし、ほうれん草、人参、胡瓜、玉葱、ねぎ、わかめ
15 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
16 木		キャベツとベーコンのスープ、オムレツ、人参サラダ	165.7	マヨネーズ、砂糖	オムレツ、はごろもツナ、ベーコン、いんげん	人参、玉葱、キャベツ、コーン
17 金	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、ハレンタインケーキ	398.3	ホットケーキ粉、マヨネーズ、じゃがいも、油、砂糖、マーガリン	チキン竜田、ホイップクリーム、ベーコン	ブロッコリー、玉葱、コーン、キャベツ、いちご、人参、ホールトマト
20 月		卵豆腐のすまし汁、さばの塩焼き、大根のそぼろ煮	159.1	砂糖、片栗粉	鶏ひき肉、さば、卵豆腐、いんげん	大根、人参、貝割れ菜
21 火		★ チキンカレー、フルーツヨーグルト	199.9	じゃがいも、砂糖	フレンヨーグルト、鶏もも肉	玉葱、もも、みかん、パイナップル、人参、バナナ、青ピーマン
22 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
24 金		きのこスープ、トマト煮込みハンバーグ、キャベツのソテー	167.4	砂糖、油	ミニハンバーグ、ベーコン	キャベツ、玉葱、えのきたけ、人参、ホールトマト、しめじ、コーン
27 月		玉子スープ、白身魚のフライ、白菜のゆかりあえ	135.3	油、砂糖	白身魚フライ、卵、ゆかり	白菜、人参、玉葱、貝割れ菜、わかめ
28 火		油揚げのみそ汁、鮭の塩焼き、厚揚げと大根の煮物	114.5	砂糖、油	さけ、厚揚げ、味噌、いんげん、油揚げ	大根、人参、玉葱、ねぎ
3/1 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				

※★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。昔日本では、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。園では、豆を使った料理を給食にとりいれてますので、たくさん食べて病気にかけにくい体作りをしましょう！

