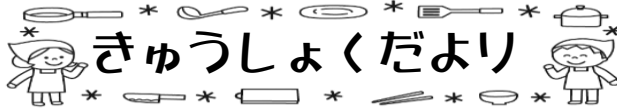


2024年



ふたばがおかようちえん



〈調理担当〉  
大木 南 中村  
高橋 御座  
〈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
09 火	3学期始業式	【軽食】ハムネスパン、ヤキリンゴパン、牛乳	265.0	ヤキリンゴパン、ハムネスパン	牛乳	
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		雑煮風北海汁、メンチカツ、紅白なます	173.1	もち、油、砂糖	メンチカツ、かにかまぼこ、するめ、ごま	大根、人参、白菜、ごぼう
12 金		ミネストローネ、カニクリームコロッケ、ブロッコリーとコーンのソテー	123.8	じゃがいも、油、マーガリン	カニクリームコロッケ、ベーコン	ブロッコリー、コーン、玉葱、キャベツ、人参、ホールトマト
15 月		豆腐とわかめのみそ汁、照り焼きミートボール、キャベツのおかかあえ	162.9	砂糖、片栗粉	チキンボール、木綿豆腐、味噌、いんげん、かつお節	キャベツ、玉葱、人参、しめじ、コーン、ねぎ、わかめ
16 火	★	ポークカレー、フルーツヨーグルト	204.6	じゃがいも、砂糖	プレーンヨーグルト、豚ひき肉	玉葱、もも缶、みかん、パイナップル、人参、バナナ、青ピーマン
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		かき玉うどん、大根のそぼろ煮、バナナ	166.2	うどん、砂糖、片栗粉	鶏ひき肉、卵、かまぼこ、いんげん	大根、バナナ、人参、玉葱、えのきだけ、ねぎ
19 金	お誕生日会	★ 野菜スープ、チキン竜田、マカロニサラダ、黒豆プリンゼリー	434.8	マカロニ、油、マヨネーズ、砂糖	チキン竜田、牛乳、黒豆、ホイップクリーム、ベーコン、ローズハム	玉葱、キャベツ、胡瓜、キウイフルーツ、人参、コーン
22 月		貝たくさんみそ汁、お魚バーグ、切干大根の煮物	101.5	じゃがいも、砂糖	お魚バーグ、いんげん、味噌、油揚げ	人参、玉葱、大根、生しいたけ、切り干しだいこん、ねぎ
23 火	★	白菜シチュー、小魚の甘煮	122.0	じゃがいも、砂糖、油	鶏むね肉、いわし、ごま、かつお節	白菜、玉葱、人参、ほうれんそう
24 水	お弁当日	愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
25 木		汁ピーフン、白身魚のフライ、ナムル	183.0	ピーフン、油、砂糖、ごま油	白身魚フライ、豚肉、ごま油	胡瓜、もやし、人参、玉葱、キャベツ、青ピーマン、赤ピーマン
26 金		ぶた汁、さばの塩焼き、ひじきと大豆の炒り煮	191.1	しらたき、油、砂糖	さば、豚肉、大豆、ちくわ、油揚げ、味噌	白菜、人参、大根、ごぼう、ひじき、ねぎ
29 月	★	大豆キーマカレー、フルーツフルチェ	239.7	油、砂糖	豚ひき肉、牛乳、大豆	玉葱、みかん、青ピーマン、人参、バナナ、コーン
30 火		豆腐と卵の中華スープ、ナゲット、中華サラダ	212.5	油、はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油	チキンナゲット、卵、木綿豆腐、魚肉ソーセージ、ごま	胡瓜、クリームコーン、人参、コーン、ねぎ
31 水		餃子スープ、フルコギ	165.1	砂糖、ごま油	豚肉、水餃子、牛肉、味噌、ごま	玉葱、もやし、人参、青ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たけのこ、にら、ねぎ
※今週のお弁当日は「2/2(金)」です。ご注意ください。						
2/1 木	午前保育日 (ふたば祭準備)	【軽食】からあげサンド、ミニクリームパン、牛乳	297.2	パン、クリームパン、マヨネーズ	牛乳、チキン竜田	キャベツ

※★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。

「おせち料理」を食べましたか？！

毎年、お正月になると振る舞われる「おせち料理」ですが、そもそもおせち料理はお正月だけのものではありませんでした。

元旦や五節句などの「節日」を祝うため、神様にお供えしていた「おせちく(御節供)」が、江戸時代頃になると庶民の間に広がり、1年のうちで一番大切にされていたお正月にいただく「おせち料理」へと変わっていったようです。

おせち料理に使う食材は、元々は収穫のご報告や感謝の気持ちを込めその土地でとれたものをお供えしたようですが、食文化が豊かになるにつれて、山・海の幸を盛り込んだごちそうになったそうです。

みなさんも正月おせち料理を食べる際、感謝の気持ちを忘れずに食べてください。

