

2017年2月 給食予定実施献立

あゆみ保育園

曜日	乳児 朝おやつ	昼食	午後 おやつ	あか ちやにくとなる	きいろ ねつやちからになる	みどり ちょうしをととのえる
1 水	さくつとあられ	がんとだいのにも きゃべつをつなまよあえ とんじる	びすこ	がんとどき つな、まよねーず ぶたにく、みそ	こめ さといも	だいこん、にんじん きゃべつ、 だいこん、にんじん、ごぼう、もやし、ねぎ
2 木	みかん	えほうまき(乳児:ちらしずし) かぼちゃのすあげ れたす ぶちとまと すましじる	かりんとう ・ とろべー	たまご、ういんなー とうふ	こめ	きゅうり、のり かぼちゃ、れたす、ぶちとまと しいたけ、みつば
★ 3 金	うのはなくつきー	ぼーくかれー いたりあんさらだ ちーず	♪ふくまめ ・ ♪せんべい	とりにく まりねどれっしんぐ ちーず	こめ、じゃがいも、かれーう	にんじん、たまねぎ れたす、きゅうり、みにとまと
4 土		おべんとうもち				
6 月	ふわふわちっぷ	とりとやさいのとまとに かいそうさらだ すーぶ	♪さかなつこ ・ ちーず	とりにく えび、しょうゆどれっしんぐ	こめ、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、とまと かいそう、れたす、きゅうり もやし、にんじん、たまねぎ
★ 7 火	かぼちゃすていっく	おでん もやしのなつとうあえ みそしる	まうれんそうとつな すこーん	ぎゅうすじ、あつあげ なつとう みそ、	こめ、こんにやく	だいこん、にんじん、こんぶ もやし、こまつな きゃべつ、たまねぎ、にんじん
★ 8 水	むらさきいも せんべい	たきこみごはん からあげ ぶちとまと おひたし みそしる	けーき	あぶらあげ とりにく	こめ かたくりこ	にんじん、ごぼう、ねぎ ぶちとまと ほうれんそう、はくさい、にんじん しめじ、えのき、にんじん、たまねぎ。
9 木	りんご	ぶりのてりやき ちぐさあえ けんちんじる	いもようかん	ぶり あぶらあげ とりにく、とうふ	こめ さといも	きゃべつ、にんじん だいこん、ごぼう、にんじん、ねぎ
10 金	ちーず	とりとじゃがいものほっこりに ひじきとれんこんのあえもの みそしる	♪こめぼんぼう	とりにく、あつあげ 、みそ	こめ、じゃがいも	にんじん、いんげんまめ ひじき、れんこん、にんじん にんじん、きゃべつ、もやし
11 土		けんこきねんのひ				
13 月	むらさきいもちっぷ	きぬあげのそぼろあんかけ ぶろっこりーとしめじのあえもの みそしる	ばなな ・ せんべい	きぬあげ、あいびきみんち ぶたにく、みそ	こめ、かたくりこ	にんじん、たまねぎ ぶろっこりー、しめじ、にんじん だいこん、にんじん、わかめ、ねぎ
★ 14 火	よーぐると	◇ぶたばらとこんさいのにも あおなとこうどうふのあえもの みそしる	てづくりくつきー	ぶたにく こうどうふ みそ	こめ ふ	だいこん、にんじん、れんこん、ごぼう こまつな、ほうれんそう、にんじん えのき、ねぎ
★ 15 水	てつしお せんべい	ちやぶちえ もやしのなむる すーぶ	みかん ・ さくつとあられ	ぎゅうにく ごまあぶら ごま	こめ、ほろさめ	にんじん、びーまん、たけのこ もやし、にんじん、きゅうり わかめ
16 木	うのはなくつきー	しよくばん すくらんぶるえつぐ おんやさい みそまよねーずそえ ぼとふ	すいとん	たまご、ぎゅうにゅう みそ、まよねーず、よーぐると ういんなー	しよくばん じゃがいも	ぶろっこりー、にんじん きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ぼせり
17 金	せんべい	かれないのおーぶんやき ぺんねのとまといため すーぶ	よーぐると	からすかれない べーこん	こめ まかに	とまと、にんじん、たまねぎ こーん、たまねぎ、ぼぶりか、びーまん
18 土		おべんとうもち				
20 月	ちーず	とりのてりやき れたす ぼてとさらだ すーぶ	りんご ・ せんべい	とりにく ろーすはむ、まよねーず、	こめ じゃがいも	れたす にんじん、きゅうり きゃべつ、たまねぎ、にんじん
★ 21 火	あかちゃん せんべい	にくうどん さつまいものてんぷら おんやさい	きなこむしばん	ぎゅうにく、かまぼこ	うどん さつまいも、てんぷらこ	ほしいたけ、わかめ、にんじん、ねぎ きゃべつ、ぶろっこりー、にんじん
★ 22 水	ふわふわ ちっぷ	◇さばのみそに きゅうりとわかめのすのもの すましじる	じゃがもち	さば、みそ とうふ	こめ、	しょうが きゅうり、わかめ、れたす、にんじん にんじん、えのき、しめじ、だいこん、しいたけ、ねぎ
23 木	ばなな	あげじゃがのうまに ごしよくあえ みそしる	うのはなくつきー ・ とろべー	ぎゅうにく あぶらあげ、みそ	こめ、じゃがいも	にんじん、ねぎ もやし、こーん、にんじん、こまつな、しめじ たまねぎ、にんじん、ねぎ、わかめ
24 金	さくつとあられ	ろーるばん はくさいのくりーむに こーんさらだ みかん	くだものぜりー	とりにく、ぎゅうにゅう まりねどれっしんぐ	ろーるばん しちゅうう	はくさい、にんじん、たまねぎ こーん、れたす、きゅうり、にんじん みかん
25 土		おべんとうもち				
★ 27 月	よーぐると	♪ぶたにくのぴかた つなさらだ すーぶ	おこのみやき	ぶたにく、たまご つな、のんおいるどれっしんぐ	こめ、こむぎこ じゃがいも	れたす、きゅうり、 にんじん、たまねぎ、みつば
28 火	むらさきいも せんべい	◇いりどり あおなとこのあえもの みそしる	みかん ・ ♪きらずあげ	とりにく みそ	こめ、さといも	にんじん、れんこん、ほしいたけ、ねぎ ほうれんそう、こまつな、にんじん、しいたけ、しめじ、えのき わかめ、ねぎ

誕生会

* _____は、自然食品のお菓子です。
* ♪印がついているメニューは、0・1歳児の配慮をしています。
* 天候の都合により、給食内容が変更になる場合があります。

* ★印がついている日は門の横に給食の写真を貼り出しています。
* 生野菜での提供の際には、次亜塩素酸ナトリウムを使用し、殺菌しています。
* ◇印がついている日は、玄米入りご飯です。



まだまだ寒い日が続きますが
風邪はひいていませんか？ 体の芯から冷えるこの時期は、
暖かいスープやご飯をたべて体を温めましょう。



～節分とは～

節分という言葉は、「季節を分ける」という意味が含まれています。
立春の前日で、冬から春への変わり目になります。
季節は、「春夏秋冬」と書くように、一年の始まりは「春」になります。
その「春」が始まる前日、新しい一年が始まる前日に
「これから始まる新しい一年が、災いのない一年になりますように」との願いを込めて、
一年に一度、節分をこの時期に行うのです。

～豆まきの由来～

豆は「魔滅(まめ)」に通じ、無病息災を祈る意味があります。
大昔、鬼が出たときに大豆を鬼の目に投げつけたところ、
鬼を退治できたことから豆まきが始まりました。
豆まきの豆は生の豆を使うと魔滅(魔=鬼)から芽が出てしまい縁起が悪くなるため、
炒った豆を使います。

～今月のおやつより～ <きなこ蒸しパン>

材料	1人分
小麦粉	15g
ベーキングパウダー	0.5g
きな粉	2g
バター	4g
砂糖	6g
卵	15g
牛乳	5g



作り方

- ① 小麦粉とベーキングパウダー、きな粉は合わせてふるっておく。
- ② バターを泡立て器でクリーム状になるまでよく練り、砂糖を数回に分けて加え、白っぽくなるまで練る。
- ③ ②に割りほぐした卵を加え、さらに牛乳を加えよく混ぜる。
- ④ ③に①の粉を加え、さっくりと混ぜ合わせる。
- ⑤ アルミカップに流しいれて、蒸す。

<すいとん>

材料	1人分
鶏肉	10g
人参	5g
大根	15g
ごぼう	5g
小麦粉	10g
山芋	2g
だし汁	150ml
しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ1/2
酒	小さじ1/2



作りかた

- ① 鶏肉を一口大にきる。ごぼうをささがく。人参と大根を拍子切りにする。
- ② 小麦粉を水で溶く(少し小麦粉を残しておく)、すりおろした山芋と塩を少々入れて、残りの小麦粉を入れて混ぜる。
* 生地がポトツと落ちる固さになるように水と小麦粉で調節する。
- ③ だし汁に人参、大根、ごぼうを入れ、柔らかくなれば鶏肉を入れる。
- ④ ②の生地をスプーンで一口大ずつ入れて火が通れば完成。

