

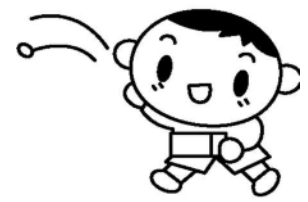
2017年2月 給食予定実施献立

渋川あゆみ保育園

	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	がんもどき つな ぶたにく、みそ	びすこ	こめ、こんにやく まよねーず さといも	だいこん、にんじん きゃべつ、にんじん だいこん、にんじん、ごぼう、もやし、ねぎ	
	2	木	みかん	ぼーくかれー ふくじんづけ いたりあんさらだ ちーず	かりんとう ・ とろべー	ぶたばらにく、すきむみるく ちーず	にんじん、たまねぎ ふくじんづけ れたす、きゅうり、ぶちとまと	
節分	3	金	うのはなくつきー	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 とうふのすましじる	♪ふくまめ ・ せんべい	たまご、ういんなー とうふ	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	
	4	土						
	6	月	ふわふわちっぶ	とりとやさいのとまとに かいそうさらだ もやしのすーぶ	♪さかなつこ ・ ちーず	とりにく えび	こめ、じゃがいも てづくりどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、とまと れたす、きゅうり、かいそう もやし、にんじん、たまねぎ
	7	火	かぼちゃすていっく	おでんふうにごみ もやしのなっとうあえ きゃべつのみそじる	ほうれんそうと つなの すこーん	ぎゅうすじにく、ちくわ、あつあげ、うおかしあげ なっとう みそ	こめ、こんにやく にんじん、だいこん、こんぶ もやし、こまつな きゃべつ、たまねぎ、にんじん	
誕生日会	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 きのこのみそじる	けーき	あぶらあげ とりにく みそ	ごぼう、にんじん、ほしいたけ、いんげん ぶちとまと ほうれんそう、こまつな、にんじん だいこん、にんじん、しめじ、えのき、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、かたくりこ	きゃべつ、にんじん だいこん、にんじん、ごぼう、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 やさのみそじる	♪こめほんぼう	とりにく、あつあげ あぶらあげ、みそ	こめ、じゃがいも にんじん、いんげん ひじき、にんじん、れんこん だいこん、にんじん、きゃべつ	
	11	土		けんこくきねんのひ				
	13	月	むらさきいもちっぶ	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 ぶたにくとだいこんのみそじる	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 てづくりどれっしんぐ	たまねぎ、にんじん ぶろっこりー、しめじ、えりんぎ、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 あおなとこうやどうふのあえもの えのきとふのみそじる	てづくりくつきー	ぶたばらにく こうやどうふ みそ	こめ、こんにやく だいこん、にんじん、ごぼう、れんこん ほうれんそう、こまつな、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 わかめすーぶ	みかん ・ さくつとあられ	ぶたにく	こめ、はるさめ、ごまあぶら ごまあぶら ごま	にんじん、たけのこ、びーまん、きくらげ、たまねぎ 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 ぼとふ	すいとん	たまご、ぎゅうにゅう ういんなー	しよくばん てづくりどれっしんぐ じゃがいも	ぶろっこりー、かりふらわー、にんじん にんじん、きゃべつ、たまねぎ
	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 からふるすーぶ	よーぐると	からすがれい ペーこん ろーすはむ	こめ ぺんねまかろに	びーまん、たまねぎ、とまと きゃべつ、たまねぎ、ばぶりか
	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 きゃべつすーぶ	りんご ・ せんべい	とりにく ろーすはむ	こめ じゃがいも、まよねーず	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	きなこむしぱん	ぎゅうにく、かまぼこ	うどん てんぷらこ、さつまいも てづくりどれっしんぐ	わかめ、ほしいたけ、ねぎ きゃべつ、にんじん、ぶろっこりー
	22	水	ふわふわ ちっぶ	◇さばのみそに きゅうりとわかめのすのもの とうふときこのすましじる	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、しいたけ、しめじ、だいこん、ねぎ
	23	木	ばなな	あげじゃがのうまに ごしよくあえ たまねぎのみそじる	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、こまつな、しめじ、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ
	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	ペーこん、ぎゅうにゅう	ろーるばん しちゆーるう てづくりどれっしんぐ	はくさい、ちんげんさい、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	ぶたにくのびかた つなさらだ じゃがいものすーぶ	おこのみやき	ぶたにく、たまご、ちーず つな	こめ、こむぎこ てづくりどれっしんぐ じゃがいも	ぼせり れたす、きゅうり、こーん、にんじん にんじん、たまねぎ
あゆっこひろば	28	火	むらさきいも せんべい	◇いりどり あおなときこのあえもの わかめのみそじる	みかん ・ ♪きらずあげ	とりにく みそ	こめ、さといも、こんにやく	にんじん、れんこん、ほしいたけ、えだまめ ほうれんそう、こまつな、しいたけ、えのき、しめじ わかめ、ねぎ

* _____は、自然食品のお菓子です。
* ♪印がついているメニューは、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。

* 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 6～8個分	
小麦粉	80g
ベーキングパウダー	4g
きな粉	20g
砂糖	30g
牛乳	90ml
サラダ油	18g



作り方

- ①小麦粉とベーキングパウダー、きな粉をボウルに入れ、泡だて器で混ぜる
 - ②①に牛乳を加え、混ぜる
 - ③②にサラダ油を加え、混ぜる
 - ④カップに流し入れ、蒸し器で蒸す
- * 混ぜすぎないのがコツです

＜すいとん＞

材料	4人分
鶏肉	10g
人参	1/4本
大根	2cm程
ごぼう	10cm程
小麦粉	150g
山芋	2cm程
塩	少々
水(要調節)	大体70ml
だし汁	700ml
薄口醤油	小さじ2
みりん	小さじ2
酒	小さじ1
塩	少々



作り方

- 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だし汁で人参、大根、ごぼうを炊き、柔らかくなれば鶏肉を入れる。
- ④②の生地をスプーンで一口大ずつ入れて火が通れば完成。

