

# 2019年2月 給食予定実施献立

渋川あゆみこども園

誕生会

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 金	むらさきいも せんべい	おにのこかれー ひじきのびたみんさらだ ばなな	けーき	ぎゅうにく、ちーず、すきみみるく、ちくわとりむねにく	こめ、たーめりつく、じゃがいも、かれーるう わごまどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、にんにく、ぶろっこりー、きゅうり ひじき、にんじん、こーん、えだまめ、ぼぶりか ばなな
2 土		おべんとうもち				
4 月	かりんとう	こいわしのてんぷら ちぐさあえ ふゆやさいのあったかじる	♪ふくまめ ・ おかき	こいわしてんぷら あぶらあげ とりにく	こめ さといも	きゃべつ、にんじん だいこん、にんじん、はくさい、こまつな
★ 5 火	みかん	まーぼーどうふ もやしのなむる だいこんときくらげのちゅうかすーぶ	ちーず ・ くらっかー	ぶたみんち、どうふ	こめ かたくりこ ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、ほししいたけ、ねぎ もやし、にんじん、きゅうり たいこん、にんじん、きくらげ、ねぎ
★ 6 水	よーぐると	◇ちくぜんに しらうおときゅうりのすのもの かぶのみそしる	みーとばい (おーすとらりあ)	とりにく しらうお あつあげ、みそ	こめ	だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにやく、ほししいたけ れたす、きゅうり かぶ、かぶのは、にんじん
7 木	あかちゃん せんべい	しよくばん ぼーくびーんず れたすとつなのさらだ りんご	いもいり むしようかん	ぶたばらにく、だいや つな	しよくばん じゃがいも、かたくりこ わごまどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、とまと れたす、きゅうり、にんじん りんご
8 金	うのはな くつきー	ゆかりごはん すごもりたまご さつまじる いよかん	よーぐると	たまご、ペーこん ぶたにく、どうふ、みそ	こめ さつまいも	ゆかり きゃべつ だいこん、にんじん、ねぎ いよかん
9 土		おべんとうもち				
11 月		けんこくきねんのひ				
★ 12 火	ちーず	ぶたにくのとまとそーすがけ おんやさい こんそめすーぶ	りんご ・ わしやあげ	ぶたにく	こめ じゃがいも、まよねーず	たまねぎ、とまと、びーまん きゃべつ、にんじん たまねぎ、にんじん、ぼせり
★ 13 水	べびー はーす	かれーうどん だいやとこさかなのあげあえ ぶろっこりー みかん	ほししいも ・ かりんとう	あぶらあげ かえりちりめん、だいや	うどん、かれーだし	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しめじ あおりのり ぶろっこりー みかん
14 木	ばなな	◇いりどり あおなとこのこのあえもの とうふとわかめのみそしる	《ばれんたいん》 ちよちつづ くつきー	とりにく とうふ、みそ	こめ さといも	にんじん、こんにやく、れんこん、ほししいたけ、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
15 金	かぼちゃ ぼーろ	あまだいのしおやき ほうれんそう ごもくおから ごまみそしる	くだものぜりー	あまだい とりにく、あぶらあげ あぶらあげ、みそ	こめ さといも	ほうれんそう おから、にんじん、ごぼう、ねぎ だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ
16 土		おわかれかい				
★ 18 月	ふわふわ ちつづ	やさいたつぷりぎゅうどん さといものからあげ すあげやさい しめじととうふのみそしる	みかん ・ きらずあげ	ぎゅうにく とうふ、みそ	こめ さといも、かたくりこ	にんじん、たまねぎ、こまつな、ほししいたけ、ねぎ にんじん、いんげん しめじ、ねぎ
19 火	りんご	たらのぶいやペーす(ふらんす) こーんさらだ ちーず	にくまん	たら、あさり ちーず	こめ じゃがいも、さふらん いたりあんどれっしんぐ	たまねぎ、とまと、にんにく れたす、きゅうり、にんじん、こーん
★ 20 水	てつしお せんべい	◇おでんふうにこみ やさいとひじきのしらあえ たまねぎのみそしる	あるぺんまかろに (すいす)	ちくわ、うおがしあげ、あつあげ、 ぎゅうすじにく どうふ あぶらあげ、みそ	こめ ごま	だいこん、にんじん、こんにやく、こんぶ ほうれんそう、にんじん、しいたけ、ひじき たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ
21 木	よーぐると	ろーるばん みーとぼーる れたす ばんがきんさらだ きゃべつのはらーぶ	すいとん	みーとぼーる	ろーるばん ごまどれっしんぐ	れたす かぼちゃ、たまねぎ、いんげん きゃべつ、たまねぎ、にんじん
22 金	にぼし	とりのてりやき ぶろっこりー ごもくひじき とんじる	♪ごまびすけつと	とりにく だいや、あぶらあげ ぶたにく、みそ	こめ さといも	ぶろっこりー ひじき、にんじん、こんにやく だいこん、にんじん、ごぼう、もやし、ねぎ
23 土		おべんとうもち				
★ 25 月	さくつと あられ	◇いとよりのてんぷら こうやどうふのふくめに なのはなのすましじる	ばなな	いとより こうやどうふ	こめ てんぷらこ はなふ	ほししいたけ、にんじん、きぬさや なのはな
★ 26 火	ちーず	かるぼなーらふうすばげてい かいそうさらだ きういふる一つ	きなこむしばん	ペーこん えび	すばげてい、こーんすーぶのもと あおじそどれっしんぐ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう れたす、きゅうり、かいそう きういふる一つ
27 水	むらさきいも ちつづ	なめし あげじゃがのうまに ぶろっこりーのおかかあえ にくだんごじる	こめぼんぼう	ちりめんじゃこ ぎゅうにく かつおぶし とりみんち、ぶたみんち、たまご	こめ じゃがいも	こまつな にんじん、ねぎ ぶろっこりー にんじん、はくさい、ねぎ、しょうが
28 木	おれんじ	はっぼうさい(ちゅうごく) てづくりしゅうまい はるさめすーぶ	♪さかなつこ ・ ♪ぱりんこ	ぶたにく ぶたみんち ろーすはむ	こめ かたくりこ しゅうまいのかわ はるさめ	はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、きくらげ、しょうが ねぎ、たまねぎ、ほししいたけ きゅうり

\* \_\_\_\_\_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。  
 \* (国名)のついている献立名はその国の国民食です。  
 \* □はこども園で作る手作りおやつです。

\* 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。  
 \* ★印がついている日は、WEL-KIDSに写真を掲載しています。  
 \* 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。

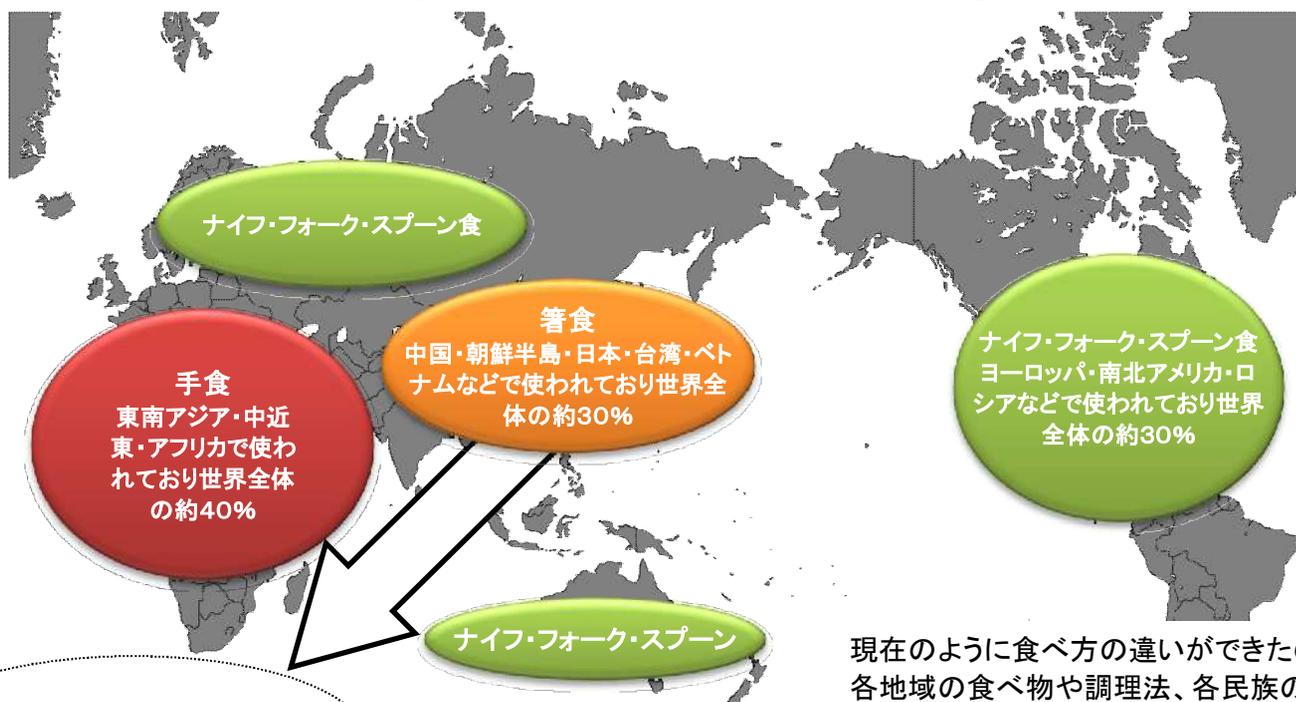


暦の上では立春を迎えますが、一年で一番寒いのが2月です。まだまだ寒い日が続きます。朝食をしっかりとり、温かい具だくさんの汁物などで体を温め、一日を元気にスタートさせて、寒さに負けず毎日元気に過ごしましょう！



手を使って食事をする「手食」、箸(はし)を主(おも)に使って食事をする「箸(はし)食」、ナイフ、フォーク、スプーンを使って食事する「ナイフ・フォーク・スプーン食」の3つがあります。

世界の三大食事法



正しい持ち方で食べられているかな？

現在のように食べ方の違いができたのは、各地域の食べ物や調理法、各民族の食作法がそれぞれ異なり、それぞれの料理に適した食事方法を取るようになったためです。

嫌い箸

- 刺し箸・・・食べ物を箸で突き刺して食べる
- 迷い箸・・・箸を持ったまま料理の上をあちこち動かす
- ねぶり箸・・・箸についたものを舐め取る
- 探り箸・・・汁物などをかき混ぜ、中身を探る
- つきたて箸・・・箸をご飯に突き立てる



今月のメニューより



チョコチップクッキー

材料(25枚程)

- 薄力粉 150g
- ベーキングパウダー 3g
- 無塩バター 100g 常温に戻す
- 上白糖 60g
- 卵 L1個
- バニラエッセンス 5滴ほど
- チョコチップ 適量



作り方

- ①バターを白っぽくなるまで混ぜる
- ②砂糖を加えすり混ぜる
- ③溶いた卵を2、3回に分けて加え、その都度よく混ぜる
- ④バニラエッセンスを加え、混ぜる
- ⑤薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるい入れ、ゴムベラで切るように混ぜる
- ⑥チョコチップを加え、混ぜる
- ⑦スプーンですくい、クッキングシートを敷いた天板に並べる
- ⑧180℃のオーブンで10～15分ほど焼く

世界の料理

フランス ○ 19日の給食 ○

**フイヤベース**・・・南フランスの漁師町の郷土料理。魚、エビ、カニ、貝などの魚介類を材料として、オリーブオイル、にんにく、サフランなどで味と香りを出して煮たボリュームのあるスープです。

オーストラリア ○ 6日のおやつ ○

**ミートパイ**・・・ひき肉と野菜のみじん切りを炒めたものをパイ生地で包み、オーブンで焼いたものです。

スイス ○ 20日のおやつ ○

**アルペンマカロニ**・・・ゆでたジャガイモとマカロニをチーズソースであえたもので、山小屋レストランや家庭では定番のメニューです。フライドオニオンとリンゴをすりおろした甘いソースを混ぜて食べるのがスイス風です。

