



# 2月 給食献立

2018年 西奈良ルーテル保育園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 カレイのバター醤油焼き ごぼうサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 きな粉揚げパン	カレイ コンソメ 牛乳 きな粉	ごぼう・人参 コーン チンゲン菜 玉ねぎ	米・しょうゆ マーガリン・なたね油 マヨネーズ・たべっ子ベイビー ドッグパン・上白糖
2	金	牛乳 バナナ	節分☆ちらし寿司 南瓜の煮付け 赤だし	牛乳 鬼まんじゅう	高野豆腐・桜でんぶ 錦糸玉子・味噌 赤だし 牛乳	干し椎茸・きゅうり のり・かぼちゃ グリーンピース・わかめ みつば・バナナ	米・酢・上白糖 しょうゆ・みりん おつゆ麩・さつま芋 小麦粉
3	土	牛乳 おさかな せんべい	コーンラーメン ジャーマンポテト オレンジ	牛乳 ミニドーナツ ぼたぼた焼	焼き豚・チキンスープ ウインナー コンソメ 牛乳	わかめ・コーン メンマ・ねぎ 玉ねぎ パセリ・オレンジ	中華そば・ごま油・酒 しょうゆ・じゃが芋・なたね油 おさかなせんべい ミニドーナツ・ぼたぼた焼
5	月	牛乳 星たべよ	カレーライス ツナサラダ 青りんごゼリー	牛乳 肉まん	豚ミンチ ツナ 牛乳 肉まん	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン	米・じゃが芋 カレールー・なたね油 マヨネーズ・青りんごゼリー 星たべよ
6	火	牛乳 バタークッキー	ご飯 さわらのフライ 白菜のごま和え 味噌汁	牛乳 ホットケーキ	さわら・鶏卵 絹ごし豆腐 味噌 牛乳	白菜 人参 わかめ ねぎ	米・小麦粉・パン粉・なたね油 タルタルソース・ごま・上白糖 しょうゆ・バタークッキー ホットケーキ・メープルシロップ
7	水	牛乳 味しらべ	ご飯 野菜入り厚焼き卵 切干大根の煮物 味噌汁	牛乳 コロコロチーズ蒸しパン	鶏卵・鶏ミンチ コンソメ・ちくわ 味噌・牛乳 チーズ	玉ねぎ・人参・キャベツ ピーマン・ケチャップ 切干大根・グリーンピース えのき・ねぎ	米・なたね油 しょうゆ・上白糖 おつゆ麩・味しらべ ホットケーキミックス
8	木	牛乳 オレンジ	きつねうどん 金平ごぼう りんご	お茶 高菜おにぎり	鶏肉 揚げ 牛乳	わかめ・人参・ねぎ ごぼう・絹さや りんご・オレンジ 菜めしの素	うどん・上白糖 しょうゆ・みりん ごま油・ごま 米
9	金	牛乳 マリービスケット	ご飯 生揚げと豚肉のみそ炒め 小松菜のごま和え すまし汁	牛乳 じゃが芋のたご焼き風	厚揚げ 豚肉 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ・ピーマン 小松菜・わかめ・みつば キャベツ・ねぎ ケチャップ・青のり	米・酒・しょうゆ・なたね油 上白糖・片栗粉・ごま おつゆ麩・マリービスケット じゃが芋・とんかつソース
10	土	牛乳 おさかな せんべい	チキンライス 野菜スープ ももゼリー	牛乳 ぼたぼた焼 マリービスケット	コンソメ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル ケチャップ・キャベツ 人参 ねぎ	米・なたね油 桃ゼリー・おさかなせんべい ぼたぼた焼 マリービスケット
13	火	牛乳 ビスコ	菜飯 竹輪の磯辺揚げ 白菜のポン酢和え 味噌汁	牛乳 ふかし芋	ちくわ 鶏卵 味噌 牛乳	菜めしの素・青のり 白菜・コーン 人参・玉ねぎ もやし・ねぎ	米・小麦粉 なたね油・ポン酢 ビスコ さつま芋
14	水	牛乳 サラダせん	中華丼 春雨サラダ 中華スープ	牛乳 ココアクッキー	豚肉 チキンスープ 牛乳	玉ねぎ・人参 白菜・椎茸 きゅうり・キャベツ ねぎ	米・なたね油・みりん しょうゆ・片栗粉・春雨 マヨネーズ・サラダせん・小麦粉 ココア・上白糖・有塩バター
15	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 さばの煮付け ひじき大豆 味噌汁	牛乳 シュガーサンド	さば・大豆 揚げ 味噌 牛乳	しょうが・ひじき 人参・インゲン ごぼう・玉ねぎ ねぎ	米・酒 しょうゆ・上白糖 たべっ子ベイビー・食パン マーガリン・グラニュー糖

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
16	金	牛乳 バナナ	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	りんごジュース お誕生会ケーキ	鶏肉・牛乳 コンソメ・チーズ 鶏卵 ホイップ	玉ねぎ・人参・ほうれん草 しめじ・ブロッコリー コーン・白菜・パセリ バナナ・黄桃缶	ロールパン・マカロニ・なたね油 ホワイトソース・ごまだれ アップルジュース・小麦粉 ココア・有塩バター・上白糖
17	土	牛乳 おさかな せんべい	にゅうめん 大根の煮物 オレンジ	牛乳 雪の宿 たべっ子ベイビー	鶏肉 揚げ 牛乳	玉ねぎ・しめじ・人参 ねぎ・大根 グリーンピース オレンジ	そうめん・みりん しょうゆ・上白糖 おさかなせんべい・雪の宿 たべっ子ベイビー
19	月	牛乳 星たべよ	牛肉とごぼうの甘辛丼 キャベツとささみの和え物 味噌汁	牛乳 ふのラスク	牛肉・ささみ 絹ごし豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ キャベツ・コーン えのき・わかめ	米・上白糖 みりん・しょうゆ ごま油・ごま・星たべよ おつゆ麩・マーガリン
20	火	牛乳 バタークッキー	ご飯 赤魚の西京焼き インゲンのおかか和え のっぺい汁	牛乳 ピーチドッグ	赤魚・白味噌 かつお節・鶏肉 牛乳 ホイップ	インゲン・人参 大根 ねぎ 黄桃缶	米・上白糖 酒・しょうゆ 里芋・片栗粉 バタークッキー・ドッグパン
21	水	牛乳 味しらべ	ご飯 豚肉のカレー炒め 大根のツナ和え スープ	牛乳 マーマレードサブレ	豚肉 コンソメ ツナ 牛乳	玉ねぎ・パプリカ ピーマン・大根 人参・キャベツ パセリ	米・カレー粉 なたね油・しょうゆ 上白糖・味しらべ・小麦粉 マーガリン・マーマレード
22	木	牛乳 オレンジ	味噌うどん ポテトサラダ りんご	お茶 サケおにぎり	鶏肉・揚げ 味噌 牛乳 鮭フレーク	しめじ・玉ねぎ 人参・ねぎ きゅうり・りんご オレンジ	うどん・みりん 酒・じゃが芋 マヨネーズ・酢 米・ごま
23	金	牛乳 マリービスケット	ご飯 豆腐の松風焼き 白菜のおかか和え 豚汁	牛乳 りんごケーキ	木綿豆腐・鶏ミンチ 味噌・鶏卵 かつお節・豚肉 牛乳	人参・ねぎ 白菜 大根 りんご	米・上白糖・パン粉・ごま なたね油・しょうゆ・こんにやく マリービスケット・小麦粉 ホットケーキミックス・マーガリン
24	土	牛乳 おさかな せんべい	ピラフ スープ ストロベリーゼリー	牛乳 サラダせん きなこ餅せんべい	ウインナー コンソメ 牛乳	玉ねぎ・コーン 人参 グリーンピース 水菜	米・なたね油・マーガリン じゃが芋・ストロベリーゼリー おさかなせんべい・サラダせん きなこ餅せんべい
26	月	牛乳 ぱりんこ	ご飯 野菜炒め しゅうまい 味噌汁	牛乳 ジャムクラッカーサンド	豚肉 チキンスープ 味噌 牛乳	玉ねぎ・キャベツ エリンギ・人参 ピーマン・パプリカ わかめ・ねぎ	米・しょうゆ ごま油・おつゆ麩 ぱりんこ・ルヴァン ブルーベリージャム
27	火	牛乳 ビスコ	ロールパン カレーシチュー ブロッコリーサラダ オレンジ	お茶 お好み焼き	ウインナー・コンソメ 牛乳・豚ミンチ 鶏卵 かつお節	しめじ・玉ねぎ・人参 グリーンピース・ブロッコリー コーン・オレンジ キャベツ・青のり	ロールパン・じゃが芋・なたね油 カレールー・マヨネーズ ビスコ・天かす・長芋 小麦粉・お好みソース
28	水	牛乳 サラダせん	ご飯 鶏肉の香味焼き インゲンのツナ和え 中華スープ	牛乳 パンラスク	鶏肉 ツナ チキンスープ 牛乳	しょうが・ねぎ インゲン・人参 白菜・玉ねぎ にら	米・しょうゆ・酒・上白糖 ごま油・なたね油 サラダせん・食パン マーガリン・グラニュー糖

### 節分の日の慣わし ☆豆まき☆

豆をまく風習は、鬼の目を打ち、「魔を滅する」に通じるからという説があります。  
炒った豆を、年男や一家の主人、厄年の人が「鬼は外、福は内」と大声で叫びながら豆をまき  
邪気や災厄をはらいます。

炒った豆を使うのは、生豆を使って拾い忘れたものから、芽が出ると再び悪鬼が芽を出してやってくるので  
良くないと言われているからです。

豆まき後は、自分の年の数、または自分の年の数+1の豆を食べ、1年の無病息災を願います。

