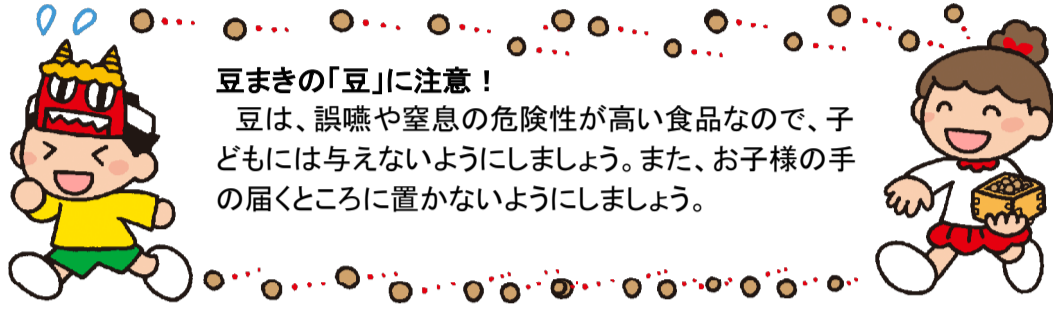


給食だより 令和5年度 2月号 同胞保育園

新しい年を迎えて1か月が過ぎました。暦の上では春が近づいていますが、まだまだ寒い日が続いています。風邪や感染症などにかからないよう、睡眠を十分にとり、栄養バランスの良い食事を食べ、元気に冬を乗り切りましょう。

2024年の節分

2024年の節分の日は2月3日(土)。方角(恵方)は、「東北東」です。旧暦では立春が1年の始まりとされ、立春の前日を節分と言います。その年の災難ばらいと来る年の福を祈り「鬼は外、福は内」と言って大豆をまく風習があります。また、恵方巻きをその年の恵方に向けて無言でお願いごとをしながら食べると、縁起がよいとされています。ご家庭でも1年の健康と幸せをお祈りしましょう。



豆まきの「豆」に注意!

豆は、誤嚥や窒息の危険性が高い食品なので、子どもには与えないようにしましょう。また、お子様の手の届くところに置かないようにしましょう。



ゆり組は、卵サンドとジャムサンドを作りました。



こすもす組は、豚汁と牛乳プリンを作りました。



【さくら組リクエストメニューランキング】

保育園給食も残りわずかとなったさくら組さんへ毎年、リクエストメニューを聞き、1~3月の給食に取り入れています。今回は、リクエストの多かったベスト5を紹介したいと思います。(♡がさくら組さんのリクエストメニューとなっています。)

- ★1位★ からあげ 2位 スーミータン 3位 カレー・シチュー 4位 たこ焼き 5位 エビカツ・グラタン



おしらせ

2日はお誕生会のため、白ごはんは入りません。

	昼食	午後のおやつ
1 木	炒り鶏 とりにく たけのこ にんじん ごぼう れんこん しいたけ さといも だいこん こんにゃく いんげん 味噌汁 はくさい たまねぎ あつあげ ねぎ	牛乳 ★フルーツポンチ
2 金	お誕生会 恵方巻き いわしバーグ ♡フライドポテト つみれ汁 枝豆サラダ 果物	牛乳 ♡ケーキ
3 土	野菜ラーメン めん ぶたにく キャベツ もやし にんじん きくらげ ねぎ ｺｰﾝ 焼き餃子 ぎょうざ	牛乳 豆乳プリン 節分菓子
5 月	鶏飯 とりにく にんじん しいたけ たまご ねぎ だいこん 白和え とうふ にんじん ほうれんそう ごぼう こんにゃく	牛乳 ★♡ごまクッキー
6 火	♡鮭の味噌焼き ひじきの煮物 さけ ひじき にんじん たまねぎ あつあげ エダマメ のっぺい汁 とりにく ごぼう だいこん さといも うすあげ こんにゃく ねぎ	牛乳 ♡バナナ ビスコ
7 水	おろし煮風 しるみさかな だいこん たまねぎ にんじん あつあげ ねぎ マカロニサラダ マカロニ きゅうり レタス にんじん チーズ ツナ	牛乳 ★カクテル サイダーゼリー
8 木	肉団子のクリーム煮 とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ はくさい ブロッコリー コールスローサラダ キャベツ たまご ハム にんじん きゅうり ｽﾀｰ	牛乳 ととやき (未満児はたい焼き)
9 金	♡鶏肉のレモン風味揚げ レタスと卵のサラダ とりにく キャベツ ｽﾀｰ きゅうり たまご ブロッコリー トマト 味噌汁 とうふ だいこん はくさい	牛乳 カスタードケーキ
10 土	パン給食	牛乳 チーズ ビスケット
13 火	鶏肉の照り焼き 切干大根の炒り煮 とりにく きりぼしだいこん しらたき いんげん にんじん ちくわ もずくスープ もずく とうふ にんじん たまねぎ たまご ねぎ	牛乳 ★ふかし芋
14 水	すき焼き風 ぎゅうにく ぶたにく はくさい しめじ にんじん しらたき しいたけ あつあげ ぶかねぎ 春雨スープ はるさめ たまねぎ にんじん ｷﾞｸﾞｼﾞﾞｲ ｻｰｼﾞ	牛乳 ★バレンタイン スイーツ
15 木	ポークチャップ キャベツの三杯酢和え ぶたにく たまねぎ もやし にんじん ｺｰﾝ キャベツ ｷﾞｸﾞｼﾞﾞｲ すまし汁 こまつな にんじん たまねぎ うすあげ	牛乳 ★♡フロランタン

	昼食	午後のおやつ
16 金	鯖の竜田揚げ ブロッコリーの芽和え さば ブロッコリー キャベツ にんじん ｷﾞｸﾞｼﾞﾞｲ ｺｰﾝ なめこ汁 なめこ とうふ たまねぎ ねぎ	牛乳 ♡みかん しっとりクッキー
17 土	焼きそば めん ぶたにく ｳｲﾝﾅｰ たまねぎ にんじん キャベツ ｻｰｼﾞ もやし 船場汁 さけ とうふ だいこん さといも ごぼう しいたけ こんにゃく ねぎ	牛乳 ゼリー 源氏パイ
19 月	♡カレーライス ぶたにく にんじん じゃがいも たまねぎ グリンピース お野菜いっぱいサラダ キャベツ ｺｰﾝ きゅうり ｽﾀｰ トマト ハム パプリカ	牛乳 お野菜おやき
20 火	肉じゃが ぎゅうにく ぶたにく あつあげ じゃがいも にんじん たまねぎ しらたき グリンピース そうめんの味噌汁 そうめん たまねぎ わかめ えのき	麦茶 ★いちご ヨーグルト
21 水	♡白身魚の明太焼き ほうれん草のソテー しるみさかな ほうれんそう にんじん ｳｲﾝﾅｰ たまねぎ ｺｰﾝ コンソメスープ キャベツ にんじん ｻｰｼﾞ かぶ ｻｰｼﾞ	牛乳 ★人参ケーキ
22 木	ポトフ ｳｲﾝﾅｰ じゃがいも はくさい かぶ しめじ たまねぎ にんじん パセリ 春雨サラダ はるさめ きゅうり かにかま たまご にんじん	牛乳 もみじまんじゅう
24 土	きつねうどん めん うすあげ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ わかめ 人参の土佐酢和え にんじん もやし かぶ ブロッコリー キャベツ ちくわ	麦茶 ♡★おにぎり
26 月	他人丼 ぶたにく かまぼこ たまねぎ にんじん たまご ぶかねぎ しいたけ グリンピース ごぼうサラダ ごぼう にんじん きゅうり ブロッコリー かにかま	牛乳 ★麩ラスク
27 火	鯖の味噌煮 大根のゴマ和え さば ほうれんそう だいこん もやし ちくわ にんじん すまし汁 とうふ おつゆふ だいこんば はくさい	牛乳 ★きなこ蒸しパン
28 水	トンカツ 青菜のお浸し ぶたにく ほうれんそう こまつな にんじん もやし うすあげ ｺｰﾝ あおさ汁 あおのり とうふ えのき	牛乳 たんかん 動物ぼーろ
29 木	タンドリーチキン スパゲティサラダ とりにく スパゲティ にんじん きゅうり レタス ツナ チーズ ♡スーミータン たまねぎ ハム しいたけ たまご ｺｰﾝ パセリ	牛乳 ★♡青のりポテト