



# 2月 予定献立表 & 給食だより



※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳がでます。  
 ※材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
 ※◎は朝おやつ、○は午後おやつ材料です。



認定こども園世羅幼稚園

日付	献立名	材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)			おやつ (◎は10時、○は午後おやつ)	日付	献立名	材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)			おやつ (◎は10時、○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	ごはん、すまし汁、牛肉の甘みそ丼、くだもの	○サンドイッチパン、油、○砂糖、片栗粉、三温糖、米	○牛乳、牛肉(肩ロース)、木綿豆腐、○生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、◎牛乳	くだもの、こまつな、たまねぎ、もも缶、赤ピーマン、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○ロールサンド	15 土	ごはん、ハヤシライス、フルーツヨーグルト	○砂糖、米粉、砂糖、油、米	○牛乳、○卵、牛肉(肩)、ヨーグルト(無糖)、◎牛乳	たまねぎ、みかん缶、にんじん、えのきたけ、しめじ	◎牛乳、○牛乳、○プリン
03 月	節分・お誕生日会 ごはん、かみなり汁、いわしと鶏の三色丼、れんこんマヨ和え、お楽しみデザート	○ホットケーキ粉、○さつまいも、マヨネーズ、三温糖、○砂糖、ごま油、○ごま、米	◎牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、○つぶしあん(砂糖添加)、○豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、ウインナー、いわし、○卵、油揚げ、◎牛乳	ほうれんそう、れんこん、ごぼう、にんじん、コーン缶、だいこん、きゅうり、カットわかめ、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○鬼まんじゅう	17 月	ごはん、すまし汁、ヒレカツ、ひじきの炒り煮、くだもの	◎じゃがいも、パン粉、○油、油、小麦粉、砂糖、米	○牛乳、豚肉(ヒレ)、卵、油揚げ、ちくわ、◎牛乳	くだもの、だいこん、にんじん、ひじき、ねぎ、◎あおのり	◎牛乳、○牛乳、○フライドポテト
04 火	ごはん、すまし汁、あかうおの照り焼き、白菜のごまあえ、くだもの	○食パン、さつまいも、○マーガリン、○グラニュー糖、ごま、砂糖、米	◎牛乳、◎牛乳、あかうお、油揚げ	くだもの、はくさい、だいこん、にんじん、塩こんぶ	◎牛乳、○牛乳、○シュガートースト	18 火	ごはん、バターチキンカレー、スパゲティのサラダ、くだもの	じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、スパゲティ、米粉、オリーブ油、米	○牛乳、○豆乳、鶏ひき肉、生クリーム、ハム、バター、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、ホールトマト缶、キャベツ、にんじん	◎牛乳、○牛乳、○ココアプリン
05 水	ごはん、みそ汁、肉団子のほくほく煮、わかめサラダ、くだもの	○米、じゃがいも、○天かす、片栗粉、砂糖、ごま油、○ごま、ごま、米	◎牛乳、鶏ひき肉、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、油揚げ、○かつお節	だいこん、くだもの、キャベツ、いちご、こまつな、にんじん、カットわかめ、○塩こんぶ、ねぎ、◎あおのり、しょうが	◎牛乳、○お茶、○たぬきおにぎり	19 水	みそ汁の日 ごはん、みそ汁、あじのさっぱり甘酢ソース、キャベツとウインナーの蒸し煮、くだもの	じゃがいも、○ホットケーキ粉、油、片栗粉、砂糖、○三温糖、米	○牛乳、あじ、木綿豆腐、ウインナー、○豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ、○バター、◎牛乳	くだもの、キャベツ、たまねぎ、○パイナップル、コーン缶、にんじん、ねぎ、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○パンケーキ
06 木	ごはん、中華スープ、焼きそば、鶏の唐揚げ、くだもの	焼きそばめん、○小麦粉、○油、○砂糖、油、片栗粉、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、鶏もも肉、木綿豆腐、豚ひき肉、○豆乳、○卵、かつお節、◎牛乳	くだもの、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、○バナナ、ねぎ、しょうが、にんにく、あおのり	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○バナナマフィン	20 木	ごはん、野菜スープ、肉じゃが、はるさめサラダ、くだもの	じゃがいも、○フランスパン、はるさめ、○砂糖、砂糖、油、ごま油、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、牛肉(肩ロース)、○バター、ハム、○きな粉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、キャベツ、さやえんどう、ねぎ、カットわかめ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○きなこラスク
07 金	ごはん、すまし汁、鯖の西京焼き、切干大根の旨煮、くだもの	○砂糖、砂糖、油、米	さば、◎ヨーグルト(無糖)、○生クリーム、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、はくさい、○ブルーベリージャム、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、○レモン果汁	◎牛乳、○お茶、◎ヨーグルトムース	21 金	ごはん、白菜とベーコンのみそ汁、ツナいりスパニッシュオムレツ、筑前煮、くだもの	さつまいも、じゃがいも、板こんにゃく、○砂糖、砂糖、米	○牛乳、卵、鶏むね身、白みそ、ベーコン、ツナ味付缶、◎牛乳	くだもの、○りんご、はくさい、にんじん、たまねぎ、だいこん、いんげん、ごぼう、ピーマン、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○アップルパイ
08 土	ごはん、キーマカレー、フルーツポンチ	砂糖、米粉、油、米	○牛乳、豚ひき肉、○ゼラチン、◎牛乳	たまねぎ、もも缶(黄桃)、みかん缶、にんじん、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー	22 土	ごはん、すまし汁、牛丼、くだもの	油、片栗粉、米	○牛乳、牛肉(肩)、○ゼラチン、◎牛乳	たまねぎ、バナナ、○みかん缶、にんじん、こまつな、ねぎ、えのきたけ、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
10 月	ふるさと給食 ごはん、みそ煮込みうどん、白身魚のにしき焼き、大根のサラダ、くだもの	○ホットケーキ粉、干しうどん、マヨネーズ、砂糖、○油、ごま、○粉糖、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、たら、○木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ、ツナ油漬缶、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	くだもの、だいこん、はくさい、にんじん、コーン(冷凍)、こまつな、ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○焼きドーナツ	25 火	ごはん、みそ汁、鶏ささみのにんじんドレッシング、ツナサラダ、くだもの	油、砂糖、米	鶏ささ身、○牛乳、○カルピス、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶、油揚げ、◎牛乳	くだもの、キャベツ、にんじん、はくさい、○もも缶、○みかん缶、○パイナップル、たまねぎ、コーン缶	◎牛乳、○お茶、○カルピスボンチ
12 水	韓国料理 ごはん、わかめのスープ、ビビンバ、ヤンニョムチキン、くだもの	○小麦粉、○さつまいも、○砂糖、片栗粉、油、ごま、ごま油、砂糖、米	○牛乳、豚ひき肉、鶏ささ身、木綿豆腐、○卵、○バター、淡色みそ、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく	◎牛乳、○牛乳、○コグマケーキ	26 水	ふるさと給食 ごはん、わかめのスープ、酢豚、ポテトサラダ、くだもの	○米、じゃがいも、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、米	豚肉(もも)、ウインナー、○油揚げ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、ピーマン、○しめじ、○にんじん、○ごぼう、カットわかめ、きゅうり、ねぎ、しょうが	◎牛乳、○お茶、○かやく御飯
13 木	ごはん、みそ汁、鮭のフライタルタルソース、なます、くだもの	○米、マヨネーズ、パン粉、油、小麦粉、砂糖、米	さけ、○ツナ油漬缶、卵、米みそ(淡色辛みそ)、さつま揚げ、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、だいこん、はくさい、にんじん、○キャベツ、○コーン缶、たまねぎ、ねぎ	◎牛乳、○お茶、○ツナとキャベツおにぎり	27 木	食育(朝ごはん) ごはん、豆腐すまし汁、さけのカレー焼き、昆布旨煮、くだもの	○小麦粉、○三温糖、油、砂糖、米	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○卵、○バター、さつま揚げ、◎牛乳	くだもの、にんじん、○にんじん、えのきたけ、刻みこんぶ、さやえんどう	◎牛乳、○牛乳、○キャロットケーキ
14 金	愛情の日 ごはん、豆腐すまし汁、親子煮、ほうれんそうのお浸し、くだもの	米、○砂糖、○米粉、○油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、卵、木綿豆腐、○卵、○生クリーム、かつお節、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○米粉のロールケーキ	28 金	ごはん、豆乳スープ、ハンバーグ、中華サラダ、くだもの	○食パン、パン粉、油、砂糖、○砂糖、ごま油、米	○牛乳、豆乳、豚ひき肉、牛ひき肉、○生クリーム、卵、ハム、◎牛乳	くだもの、はくさい、もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、○もも缶、○みかん缶	◎牛乳、○牛乳、○フルーツサンド

## 涅槃会 (ねはんえ) 2月15日

仏教では、ブツタ(お釈迦さま)の死を単なる死とせず、永遠の真理であるさとりの世界に帰られた(涅槃)として、この日をおつとめします。



## ～たぬきおにぎり～ 朝ごはんにぴったり! 簡単でおいしいよ!



材料 (2個分)

ごはん・・・お茶碗1膳分

天かす・・・大きじ1

かつおぶし・・・少々

ごま・・・少々

塩こんぶ・・・ひとつまみ

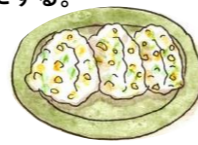
青のり・・・少々

作り方

①ボールに材料を全部入れ、よく混ぜ合わせる。

②ご飯を2等分して、おにぎりにする。

\*葱を入れてもおいしいよ!



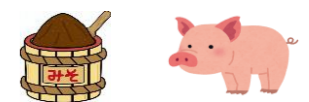
## 朝ごはんを食べるといいこといっぱい!

毎日、朝ごはんを食べていますか?朝ごはんは1日の元気の源です。朝ごはんを抜くと、エネルギー不足で疲れやすくなります。元気に1日をスタートさせるために、朝ごはんを食べて、登園するようにしましょう!



## ～認定こども園・保育所 せらのふるさと給食～

今月のせら食材



みそ

豚

- ・みそ煮込みうどん
- ・酢豚