



# 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	
02月	お誕生日会 飾分 ごはん、かみなり汁、鬼の金棒つくね、そぼろ煮、お楽しみデザート	じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、パン粉、砂糖、米	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、○つぶしあん(砂糖添加)、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、○バター、油揚げ、◎牛乳	にんじん、だいこん、たまねぎ、さやえんどう、カットわかめ、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○あずきのカップ ケーキ	16月	ごはん、すまし汁、ヒレカツ、大根とちくわのサラダ、くだもの	◎じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、油、小麦粉、○片栗粉、砂糖、米	◎牛乳、豚肉(ヒレ)、○とろけるチーズ、ちくわ、◎牛乳	くだもの、だいこん、キャベツ、にんじん、◎たまねぎ、こまつな、◎ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○ピザポテト
03火	ごはん、みそ汁、さわらのカレー焼き、なます、くだもの	◎じゃがいも、○油、砂糖、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、◎牛乳、さわら、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、油揚げ	くだもの、だいこん、はくさい、にんじん、たまねぎ、◎あおのり	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○フライドポテト	17火	ふるさと給食 ごはん、みそ汁、ピピンバ、わかめサラダ、くだもの	◎米、じゃがいも、○天かす、ごま、砂糖、ごま油、◎ごま、米	◎牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ウインナー、油揚げ、◎かつお節	くだもの、もやし、こまつな、キャベツ、にんじん、カットわかめ、◎塩こんぶ、◎あおのり、しょうが、にんにく	◎牛乳、○お茶、◎たぬきおにぎり
04水	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、にんじん、たまねぎ、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	18水	ごはん、すまし汁、さばのみそ煮、白菜のツナあえ、くだもの	◎小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、米	◎牛乳、さば、木綿豆腐、○卵、◎豆乳、ツナ油漬缶、赤みそ、◎牛乳	はくさい、くだもの、たまねぎ、にんじん、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○マーラーカオ
05木	ごはん、みそ汁、焼きそば、鶏の唐揚げ、くだもの	◎食パン、焼きそばめん、油、◎マヨネーズ、片栗粉、○砂糖、◎ごま、米	◎牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎とろけるチーズ、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、◎ごぼう、◎にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく、あおのり	◎牛乳、○牛乳、◎ごぼう和風トースト	19木	みそ汁の日 ごはん、みそ汁、肉じゃが、はるさめサラダ、くだもの	じゃがいも、はるさめ、砂糖、◎砂糖、油、ごま油、焼ふ、米	◎牛乳、牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ハム、さつま揚げ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、だいこん、にんじん、◎りんご、キャベツ、さやえんどう、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、◎アップルパイ
06金	ごはん、すまし汁、えびと白菜のクリームグラタン、ほうれんそうとツナのあえもの、くだもの	◎砂糖、米粉、砂糖、パン粉、ごま油、ごま、米	◎ヨーグルト(無糖)、豆乳、鶏ひき肉、○生クリーム、とろけるチーズ、えび、ツナ油漬缶、◎ゼラチン、◎牛乳	はくさい、くだもの、だいこん、ほうれんそう、えのきたけ、◎ブルーベリージャム、もやし、ブロッコリー、にんじん、◎レモン果汁、カットわかめ	◎牛乳、○お茶、◎ヨーグルトムース	20金	食育(ブロッコリー・カリフラワー) 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、ブロッコリーとカリフラワーのサラダ、くだもの	じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、◎豆乳、ツナ味付缶、白みそ、ベーコン、ウインナー、◎ゼラチン、◎牛乳	くだもの、はくさい、にんじん、たまねぎ、だいこん、ブロッコリー、キャベツ、カリフラワー、ピーマン、カットわかめ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、◎ココアプリン
07土	ごはん、すまし汁、野菜そぼろ丼、くだもの	油、片栗粉、米粉、ごま油、米	◎牛乳、豚ひき肉、◎ゼラチン、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、こまつな、ねぎ、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、◎ゼリー	21土	ごはん、ポークライス、フルーツヨーグルト	じゃがいも、米粉、砂糖、油、米	◎牛乳、豚肉(肩)、ヨーグルト(無糖)、◎ゼラチン、◎牛乳	たまねぎ、みかん缶、にんじん	◎牛乳、○牛乳、◎ゼリー
09月	ごはん、うどん、白身魚のにしき焼き、ひじきの炒り煮、くだもの	◎ホットケーキ粉、干しうどん、マヨネーズ、砂糖、○油、油、◎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、油揚げ、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	くだもの、はくさい、にんじん、ピーマン、ひじき、ねぎ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、◎焼きドーナツ	24火	ごはん、みそ汁、鶏肉のトマト煮、ほうれんそうのおかか和え、くだもの	油、片栗粉、砂糖、米	鶏もも肉、◎牛乳、◎カルピス、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、油揚げ、かつお節、◎牛乳	ホールのトマト缶詰、くだもの、たまねぎ、はくさい、ほうれんそう、◎もも缶、◎みかん缶、◎パイン缶、にんじん、コーン、ピーマン、にんにく	◎牛乳、○お茶、◎カルピスポンチ
10火	ごはん、豆腐のスープ、シェパードパイ、白菜の昆布あえ、くだもの	じゃがいも、○小麦粉、◎さつまいも、◎砂糖、マヨネーズ、砂糖、米	◎牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、◎卵、◎バター、豆乳、油揚げ、◎牛乳	くだもの、はくさい、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、塩こんぶ、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、◎さつまいものケーキ	25水	ごはん、カレー、スパゲティのサラダ、くだもの	じゃがいも、◎コッペパン、マヨネーズ、スパゲティ、◎砂糖、米粉、オリーブ油、米	◎牛乳、豚ひき肉、◎バター、ハム、◎きな粉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、キャベツ	◎牛乳、○牛乳、◎きなこラスク
12木	ごはん、みそ汁、鮭のチーズ焼き、れんこんと厚揚げの煮物、くだもの	◎米、マヨネーズ、油、砂糖、米	さけ、生揚げ、◎ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、豚ひき肉、とろけるチーズ、さつま揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、たまねぎ、れんこん、にんじん、◎キャベツ、◎コーン缶、しめじ、さやえんどう、ねぎ	◎牛乳、○お茶、◎ツナとキャベツおにぎり	26木	ごはん、すまし汁、鮭の塩こうじ焼き、納豆、昆布旨煮、くだもの	◎小麦粉、◎三温糖、砂糖、米	◎牛乳、さけ、木綿豆腐、挽きわり納豆、◎卵、◎バター、さつま揚げ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、◎にんじん、えのきたけ、にんじん、ほうれんそう、さやえんどう、刻みこんぶ	◎牛乳、○牛乳、◎キャロットケーキ
13金	愛情の日 ごはん、すまし汁、マーボー丼、くだもの	米、○小麦粉、○油、◎黒砂糖、ごま油、砂糖、片栗粉	◎牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく	◎牛乳、○牛乳、◎黒糖ちんすこう	27金	食育(野菜総集編) 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、たまねぎ、もやし、キャベツ、◎もも缶、にんじん、えのきたけ	◎牛乳、○牛乳、◎ブルーベリーサンド
14土	ごはん、キーマカレー、大根サラダ、くだもの	◎小麦粉、◎砂糖、米粉、油、マヨネーズ、ごま、米	◎牛乳、豚ひき肉、◎無塩バター、ツナ油漬缶、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、だいこん、にんじん、コーン、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、◎ココアクッキー	28土	ごはん、すまし汁、牛丼、くだもの	油、片栗粉、米	◎牛乳、牛肉(肩)、◎牛乳	たまねぎ、くだもの、にんじん、こまつな、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、◎ゼリー

## ふるさと給食 ～ピピンバ～

材料 (2人分)  
 ごはん・・・お茶碗2膳分  
 豚ミンチ・・・70g  
 人参・・・1/4本  
 もやし・・・1/4袋  
 小松菜・・・1/4束  
 砂糖・・・小さじ1/2  
 醤油・・・小さじ1  
 ごま油・・・少々  
 ごま・・・少々

## こどもたちに 大人気！ ～栄養満点などんぶり～

- 作り方
- ①人参(せん切り) 小松菜(3cm長さ) に切る。
  - ②人参ともやしを耐熱容器に入れ、レンジで2分チン。
  - ③フライパンに油をひき、にんにくを入れ豚ミンチを炒める。
  - ④③に②・小松菜を合わせ、砂糖・醤油を加えて炒め、ごま・ごま油を入れて仕上げる。

目玉焼きを入れるとさらにおいしいよ！



## ブロッコリーとカリフラワーは、花野菜！

ブロッコリーは、野菜の王様と呼ばれるほど栄養満点の野菜です。収穫しないでそのまま置いておくと、野菜としては品質は落ちてしまいますが小さな黄色い花をたくさん咲かせます。その花言葉は「小さな幸せ」だそうです。  
 ちなみに、カリフラワーの花言葉は「お祭り騒ぎ」だそうです。おもしろいですね。

## ～認定こども園・保育所 せらのふるさと給食～

2月17日使用分の世羅食材  
 ・ピピンバ



## 今月のせら食材

