



2月献立予定表



みそらこども園

日/曜	昼食	未満児おやつ 3時おやつ(☆は手作り)	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱とカになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
01 (水)	きのこベーコンの和風パスタ ココロサラダ 卵のスープ レバーの味噌煮	ぶどうジュース 牛乳 ☆中華おこわ	☆バゲティ、もち米、じゃがいも、米、マヨネーズ、砂糖、ごま油	牛乳、鶏レバー、ベーコン、卵、鶏もも肉、ハチ味噌、バター、干しえび	バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、しいたけ、生わかめ、れんこん、コーン、グリーンピース	中華スープ、しょうゆ、酒、みりん、おろしにんにく、和風だし、素、おろししょうが、こしょう
02 (木)	ごはん たこやき ☆豚肉とごぼうの炒め煮 チンゲン菜ともやしナムル コンソメスープ	オレンジジュース 牛乳 ☆ミニクワッサン	米、たこやき冷凍、板こんにゃく、砂糖、グラニュー糖、ごま油、油	牛乳、豚肉、さつまい、卵、ごま	ぶどう濃縮果汁、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ、もやし、アガー、あおのり	しょうゆ、みりん、酒、コンソメ、パセリ粉、たこやきソース
03 (金)	麦ごはん ★大豆入りハヤシライス 春雨とささみの酢の物 カレー粉いりこ	スポロン 牛乳 ☆アーモンドタルト	米、じゃがいも、小麦粉、グラニュー糖、押麦、はるさめ、砂糖、マーガリン、油	牛乳、牛肉、だいず、バター、卵、脱脂粉乳、鶏ささみ、アーモンドフード、いりこ、すりごま	りんご、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ	完熟トマトハヤシルウ、酢、ワイン、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、塩
04 (土)	もち麦ごはん 焼肉風チキン キャベツサラダ 春雨スープ	牛乳 プリン	米、油、押麦、はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油	鶏もも肉、ハム、すりごま、ハチ味噌、いりこ	メロンジュース、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、小ねぎ、アガー	酢、酒、みりん、しょうゆ、中華スープ、おろしにんにく、塩、こしょう
06 (月)	梅ちぎりご飯 豚肉と白菜のしょうが炒め ほうれん草といかのナムル 玉ねぎのみそ汁	野菜ジュース 牛乳 ☆あんドーナツ	米、グラニュー糖、油、雑穀、じゃがいも、ごま油、砂糖	牛乳、豚肉、味噌、ごしあん、油揚げ、いか、脱脂粉乳、しらす干し、いわし、ごま、いりこ	たまねぎ、はくさい、い、パイ、ほうれん草、ごまつな、にんじん、梅肉、小ねぎ、大葉、アガー	酒、しょうゆ、中華だし、素、こしょう
07 (火)	麦ごはん 油淋鶏 ★ごぼうとちくわのサラダ 大根おろしスープ	牛乳 ☆リンゴのムース	米、片栗粉、油、マヨネーズ、砂糖、押麦、グラニュー糖、ごま油	鶏もも肉、生クリーム、卵、脱脂粉乳	バナナ、りんご、だいいこん、たまねぎ、ごぼう、えのきたけ、きゅうり、コーン、小ねぎ、にんじん、アガー	しょうゆ、酒、みりん、おろしにんにく、おろししょうが、こしょう
08 (水)	もち麦ごはん 鮭のパン粉焼き 野菜のあっさり煮 ★きのこのミルクスープ	リンゴジュース ヤクルト ☆ココアマドレーヌ	米、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、押麦、パン粉	牛乳、鮭、卵、脱脂粉乳、無塩バター、油揚げ、粉チーズ、凍り豆腐	野菜ジュース、たまねぎ、しめじ、だいいこん、えのきたけ、にんじん、ごまつな、ほうれん草、アガー	だし汁、みりん、しょうゆ、コンソメ、こしょう
09 (木)	あんかけ焼きそば コーンサラダ オニオンスープ ごまいりこ	オレンジジュース 牛乳 ☆わかめおにぎり	ゆで中華めん、米、片栗粉、油、ごま油	牛乳、豚肉、えび、いか、いわし、ごま	キウイフルーツ、はくさい、たまねぎ、えのきたけ、もやし、にんじん、きゅうり、レタス、コーン缶、バナナ	しょうゆ、酢、コンソメ、みりん、パセリ粉、塩、こしょう
10 (金)	お弁当の日		小麦粉、砂糖	牛乳、バター、ヨーグルト、卵、脱脂粉乳	にんじん	
13 (月)	麦ごはん 中華丼 きんぴらごぼう レバーのケチャップ煮	紫の野菜ジュース 牛乳 ★チョコまん	米、小麦粉、強力粉、糸こんにゃく、押麦、片栗粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、鶏レバー、豚肉、えび、いか、牛乳、バター、脱脂粉乳、ごま	りんご、キャベツ、たまねぎ、もやし、切りごぼう、にんじん、いんげん	ケチャップ、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが、みりん、ドライイースト、こしょう
14 (火)	ごはん 牛肉とじゃが芋の中華炒め ひじき入り卵の花 えのきのすまし汁	ぶどうジュース 牛乳 ★チーズサブレ	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、粉糖、糸こんにゃく、ごま油	牛乳、牛肉、おから、カッテージチーズ、バター、油揚げ、いわし、卵、脱脂粉乳、花かつお、いりこ	アセロラジュース、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、パプリカ、アガー、小ねぎ、芽ひじき、わかめ、しいたけ	だし汁、しょうゆ、みりん、酒、みりん、中華だしの素、おろししょうが、こしょう
15 (水)	雑穀ごはん 魚の煮付け 和風サラダ 豆乳コンソメスープ	牛乳 牛乳 ★コーンパン	米、強力粉、雑穀、砂糖、油、マヨネーズ、オリーブ油	牛乳、調整豆乳、魚、いか、卵、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、キャベツ、レタス、きゅうり、にんじん、コーン、生わかめ	酒、しょうゆ、酢、コンソメ、おろししょうが、食塩、ドライイースト、パセリ粉、こしょう
16 (木)	味噌ラーメン きのこのナムル ★オムレツ チーズ	スポロン 牛乳 ★バナナ蒸しパン	生中華めん、砂糖、小麦粉、ごま油	牛乳、卵、焼き豚、ハチ味噌、なると、脱脂粉乳	りんご濃縮果汁、もやし、コーン、きゅうり、しめじ、たまねぎ、えのきたけ、バナナ、にんじん、小ねぎ、アガー	ラーメンスープ、しょうゆ、ケチャップ、こしょう、塩

★はスキムミルクを使用しています。


■は新メニューです。
・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。

日/曜	昼食	未満児おやつ 3時おやつ(☆は手作り)	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱とカになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
17 (金)	★ハッピー★ ランチデー	リンゴジュース 三色ゼリー				
18 (土)	もち麦ごはん ★焼きカレーグラタン 千草和え ★キャロットスープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、押麦、グラニュー糖、マカロニ、はるさめ、パン粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、ウィンナー、脱脂粉乳、とろけるチーズ、卵、食べるいりこ	にんじん、たまねぎ、ほうれん草、もやし、しめじ、もも、みかん、パイナップル、コーン、アガー、あおのり	カレールウ、コンソメ、しょうゆ、みりん
20 (月)	ごはん ★きのこハンバーグ ★マカロニサラダ ★ほうれん草のポタージュ	野菜ジュース 牛乳 ☆ポテトおやき	じゃがいも、米、片栗粉、マヨネーズ、マカロニ、砂糖、生パン粉、ごま油	牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、脱脂粉乳、グレープカルピス、卵	たまねぎ、ほうれん草、きゅうり、エリンギ、しめじ、コーン、しいたけ、にんじん、アガー	ケチャップ、コンソメ、こしょう、ナツメグ、食塩
21 (火)	鶏めし 魚のピザ焼き 大根の酢の物 里芋のみそ汁	牛乳 牛乳 ☆かりんとう	米、さといも、小麦粉、砂糖、油、黒砂糖	牛乳、白身魚、鶏もも肉、味噌、チーズ、油揚げ、いりこ、ハム、いわし、アーモンドダイス、すりごま	りんご、たまねぎ、さつまい、にんじん、きゅうり、ごまつな、ピーマン、コーン	しょうゆ、酒、酢、ケチャップ、ウスターソース、みりん
22 (水)	麦ごはん トンカツ 青菜の納豆和え エリンギスープ	スポロン 牛乳 ★豆腐まんじゅう	米、小麦粉、パン粉、押麦、油、砂糖	牛乳、豚肉、絹ごし豆腐、挽きわり納豆、おから、卵、脱脂粉乳	キウイフルーツ、たまねぎ、エリンギ、ほうれん草、ごまつな、にんじん、小ねぎ、しいたけ、バナナ	だし汁、どんかつソース、しょうゆ、みりん、ドライイースト、食塩、こしょう
24 (金)	角天うどん キャベツとしらすのナムル シュウマイ 果物	ぶどうジュース 牛乳 ☆抹茶ロール	ゆでうどん、グラニュー糖、小麦粉、砂糖、ごま油	牛乳、卵、生クリーム、角天、かまぼこ、いわし、しらす干し、花かつお	オレンジ、キャベツ、きゅうり、にんじん、小ねぎ、わかめ	しょうゆ、みりん、酒、酢
25 (土)	ごはん シュクメルリ 豆苗とベーコンのサラダ わかめのすまし汁	牛乳 N1ヨーグルト	米、押麦、油	鶏もも肉、木綿豆腐、生クリーム、ベーコン、バター、わかめ、トウモロコシ、花かつお、いりこ	バナナ、たまねぎ、レタス、きゅうり、わかめ、トウモロコシ、にんじん、きゅうり	ワイン、しょうゆ、酢、おろしにんにく、コンソメ、酒、みりん、食塩、パセリ粉、こしょう
27 (月)	麦ごはん 肉じゃが ★千切大根のさっぱりサラダ 煮豆	紫の野菜ジュース 牛乳 ☆メロンパンクッキー	米、じゃがいも、糸こんにゃく、マヨネーズ、押麦、砂糖、三温糖、グラニュー糖、油	牛乳、金時豆、ハム、卵、無塩バター、ヨーグルト、脱脂粉乳、いりこ	もも果汁飲料、たまねぎ、きゅうり、にんじん、千切りだいいこん、アガー、グリーンピース	しょうゆ、みりん、食塩、こしょう
28 (火)	雑穀ごはん 魚の塩焼き レパニラ炒め さつまいもと油揚げのみそ汁	牛乳 牛乳 ☆みたらし団子	米、さつまいも、だんご粉、雑穀、白玉粉、砂糖、三温糖、片栗粉、ごま油、じゃがいも	牛乳、魚、鶏レバー、味噌、油揚げ、いわし、絹ごし豆腐、牛乳、バター	りんご、たまねぎ、もやし、にら、にんじん、小ねぎ	しょうゆ、酒、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、こしょう

まんまる一むより

10日(金)はお弁当の日です。
準備をお願いします。



**福を呼び
豆まき**

節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆=「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て緑色が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。