



2月のこんだて



令和6年2月1日 幼保連携型認定こども園 枚田みのり保育園

1(木)		2(金)		3(土)	
ご飯・お豆腐ナゲット・ひじきサラダ みそ豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 木綿豆腐 マヨネーズ 片栗粉 ☆ にんじん キャベツ 乾ひじき マヨネーズ ☆ かぼちゃ ほうれんそう 豆乳 にんじん たまねぎ		節分ごはん・おかか和え すまし汁（小松菜） ☆ 精白米 ぶたひき肉 たまねぎ にんじん 木綿豆腐 焼きのり カレールー さやいんげん ☆ かつお節 キャベツ にんじん ☆ 小松菜 えのきたけ にんじん たまねぎ		ご飯・豚肉と厚揚げのみそ炒め 切干し大根の煮物・すまし汁（大根） ☆ 精白米 ☆ 生揚げ ぶたかた にんじん たまねぎ みそ ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ にんじん たまねぎ だいこん 青ねぎ	
牛乳・りんご・きなこマカロニ ☆ 普通牛乳 ☆ りんご ☆ きなこ マカロニ		ヤクルト・恵方巻サンド ☆ 乳酸菌飲料 ☆ 食パン いちごジャム		牛乳・ココアケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ココア ホットケーキミックス	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
ご飯・鯖の味噌マヨ焼き ほうれん草のごま和え・けんちん汁 ☆ 精白米 ☆ さば マヨネーズ みそ ☆ にんじん キャベツ ごま ほうれんそう ☆ にんじん だいこん ごぼう 木綿豆腐 はくさい 青ねぎ	ご飯・ヤニヨムチキン・酢の物 中華スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも 片栗粉 なたね油 ケチャップ ニンニク ☆ にんじん キャベツ こまつな 米酢 砂糖 ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ 木綿豆腐 青ねぎ	ご飯・白菜と厚揚げのそぼろ煮・五目きんぴら みそ汁（さつまいも）・納豆 ☆ 精白米 ☆ 生揚げ はくさい ぶたひき肉 にんじん たまねぎ ☆ だいこん ごぼう れんこん いらごま にんじん ☆ にんじん たまねぎ さつまいも ねぎ ☆ 納豆	ご飯・ミートソースオムレツ 切り干し大根のサラダ・みそ汁（かぼちゃ） ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 にんじん たまねぎ トマトケチャップ ぶたひき肉 トマトホール缶詰 ☆ 切干しだいこん まぐろ油漬缶詰 マヨネーズ キャベツ ☆ にんじん たまねぎ かぼちゃ ほうれん草	ご飯・鯖の岩津ネギ味噌焼き・小松菜と厚揚げのお浸し・すまし汁（えのき） ☆ 精白米 ☆ さわら 長ねぎ 淡色辛みそ 砂糖 ☆ にんじん こまつな たまねぎ 生揚げ ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ 青ねぎ 木綿豆腐	チキンカレー・ツナサラダ コンソメスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも カレールー にんじん たまねぎ じゃがいも ☆ まぐろ油漬缶詰 にんじん キャベツ マヨネーズ ☆ たまねぎ にんじん はくさい
牛乳・レモンラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン 有塩バター レモン	牛乳・オレンジ・チーズ ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジ ☆ チーズ	牛乳・あんまん ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス こしあん	お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳 フルーチェ	牛乳・塩こぶおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 塩昆布 いらごま	牛乳・オレンジゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジジュース 寒天 みかん缶詰



2月3日は節分で、2日に子どもたちは豆まきをします。豆まきは、疾病や災害などをもたらす悪い鬼を追い払う「追儺の儀式」が中国から伝わったことが始まりだといわれています。節分には「鬼は外！福は内！」と声をかけて豆をまいたり、「焼い嗅がし」を飾り付けて、邪気を払います。給食でも節分を感じられる献立にしています。お楽しみに。

なぜ豆をまくのか？

昔は穀物には魔除けの力があると考えられ、穀物の仲間とされる豆には霊力が宿り、邪気をはらう力があるとされていました。また、煎った豆をまくことで、「魔物の目（魔目）を射る」ことができると考えられ、「魔滅」に通じるとされていました。



12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
振替休日	親子丼・キャベツと塩昆布のナムル みそ汁(岩津ネギ) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも 鶏卵 にんじん たまねぎ 糸みつば ☆ キャベツ にんじん ほうれんそう いりごま ごま油 塩昆布 ☆ にんじん たまねぎ 木綿豆腐 ねぎ 切干大根	ご飯・鮭のみそ焼き・切干し大根の煮物 すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ たいせいようさけ みそ 砂糖 ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ 木綿豆腐 こまつな にんじん たまねぎ	ご飯・お豆腐ミートローフ ゆかりの和え物・クリームシチュー ☆ 精白米 ☆ 木綿豆腐 ぶたひき肉 青ピーマン にんじん たまねぎ トマトケチャブ ☆ キャベツ にんじん きゅうり ☆ 普通牛乳 にんじん たまねぎ かぼちゃ シチュールウ	ご飯・カレーのポテトチーズ焼き ブロッコリーとひじきの炒め物 ☆ 精白米 ☆ まがれい じゃがいも プロセスチーズ マヨネーズ ☆ ブロッコリー ひじき たまねぎ にんじん ☆ たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ	ご飯・豚じゃが・ごま和え みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ ぶたもも にんじん じゃがいも たまねぎ 砂糖 ☆ キャベツ にんじん ごま ☆ 木綿豆腐 こまつな にんじん たまねぎ
	牛乳・ツナマヨサンド ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン まぐる水煮缶詰 マヨネーズ	牛乳・ココアバナナケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス バナナ ビュアココア	牛乳・りんごゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ りんごジュース 寒天 りんご	牛乳・きなこクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ きな粉 薄力粉 有塩バター	牛乳・マーマレードケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ママーレード
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
ご飯・麻婆豆腐・かぼちゃのオープン焼き 白菜のとろとろスープ ☆ 精白米 ☆ 木綿豆腐 ぶたひき肉 にんじん たまねぎ 青ピーマン 片栗粉 みそ ごま油 ☆ かぼちゃ プロセスチーズ ☆ にんじん たまねぎ はくさい こまつな 片栗粉	ご飯・ホキのレモンソース 春雨の酢の物・わかめスープ ☆ 精白米 ☆ ホキ 片栗粉 たね油 レモン果汁 ☆ はるさめ にんじん 砂糖 酢 キャベツ ☆ 塩わかめ にんじん たまねぎ 木綿豆腐	ポークカレー・マカロニサラダ コンソメスープ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 にんじん たまねぎ じゃがいも だいこん カレールウ ☆ マカロニ にんじん マヨネーズ キャベツ きゅうり ☆ たまねぎ にんじん はくさい ほうれん草	ご飯・鮭のピザ風焼・大根とツナの煮物 みそ汁(白菜)・健康ふりかけ ☆ 精白米 ☆ さけ ピーマン たまねぎ にんじん ケチャップ チーズ ☆ だいこん にんじん まぐる油漬缶詰 薄口しょうゆ ☆ にんじん たまねぎ ねぎ 木綿豆腐 白菜 ☆ ゆかり にぼし あおさ	天皇誕生日	ご飯・焼きそば・おかか和え みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 中華めん ぶたもも にんじん たまねぎ キャベツ お好み焼きソース あおさ ☆ かつお節 キャベツ にんじん ☆ 木綿豆腐 こまつな にんじん たまねぎ
お茶・苺ソースヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ いちごジャム プレーンヨーグルト	牛乳・バナナ・お麩スナック ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ 麩 砂糖	牛乳・クラッカー ☆ 普通牛乳 ☆ クラッカー	牛乳・フルーツゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 寒天 りんごジュース みかん缶詰		牛乳・きなこケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ きな粉 ホットケーキミックス
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	<div data-bbox="1444 1005 2116 1406" data-label="Complex-Block"> <p style="text-align: center;">栄養が詰まった旬の野菜</p> <p>だいこん・かぶ・白菜・小松菜など、寒い冬に耐えて育つ野菜には、ビタミンAやビタミンCなど栄養が豊富です。食物繊維を多く含むごぼうやれんこんはお通じをよくし、鍋料理やスープなどにすると、体も温まります。2月の献立も旬の野菜をたくさん使用しています。</p>  </div>	
ご飯・カレーの照り焼き・ひじき煮 みそ汁(大根) ☆ 精白米 ☆ まがれい しょうゆ 本みりん 料理酒 ☆ 乾ひじき さやいんげん 生揚げ にんじん ☆ にんじん たまねぎ だいこん 淡色辛みそ 木綿豆腐	ブルコギ丼・バイクドじゃが かぼちゃの豆乳スープ・ ☆ 精白米 ☆ にんじん りよくとうもろやし ぶたひき肉 いりごま たまねぎ 青ピーマン ☆ じゃがいも あおさ ☆ かぼちゃ ほうれんそう 豆乳 にんじん たまねぎ	ご飯・厚焼きたまご・ブロッコリーの塩こぶ和 すまし汁(切干し大根)・納豆 ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 砂糖 ☆ キャベツ 塩昆布 ブロッコリー にんじん ☆ にんじん たまねぎ 切干しだいこん 青ねぎ 木綿豆腐 ☆ 納豆	ご飯・鯨の白みそ焼き・野菜のソテー しょうゆラーメン ☆ 精白米 ☆ さわら 甘みそ ☆ にんじん たまねぎ こまつな キャベツ ☆ 中華めん たまねぎ にんじん 青ねぎ ごま油		
牛乳・オレンジゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ みかんジュース みかん缶詰 寒天	お茶・フルーツヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ プレーンヨーグルト バナナ みかん缶詰	牛乳・ゆかりおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 いりごま ゆかり	牛乳・バナナ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ 小魚 ごま		