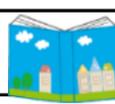


# 2月献立表

2023.2 聖隷こども園こうのとり豊田

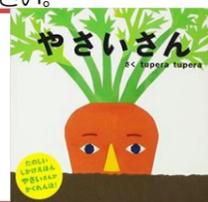
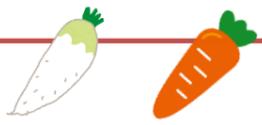
ひづけ 日付	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギーkcal	脂質 g	エネルギーkcal	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	すい水		ごはん 魚の蒲焼き 五目煮豆 みそ汁(青菜・油あげ) りんご お茶	豆乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎バジルラスク	588 24.0	17.7 1.7	516 21.3	17.2 1.3
2	もく木		大豆入りミートソースパスタ 南瓜サラダ ブロッコリー キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 のりまき	598 21.5	17.5 1.3	520 19.8	16.2 1.1
3	きん金	せつぶん 節分	赤おにライス さつま芋の甘煮 豚汁 パイン お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 みかん・お菓子	628 20.7	20.3 2.1	480 17.2	16.3 1.7
4	ど土	ほうしきぎょう 奉仕作業 こんだんかい 懇談会	チャーハン 大根とわかめのスープ フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	455 12.4	11.0 1.3	384 10.6	10.1 1.1
6	げつ月		ごはん 鶏肉の甘みそ焼き 菜の花のごま和え すまし汁(白菜・わかめ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	の飲むラクトフェリン お菓子	460 17.0	11.4 1.1	384 15.4	11.3 1.1
7	か火		ぶどうパン 魚のカレーマヨ焼き バインサラダ じゃが芋のスープ キウイ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 南瓜のお焼き	513 22.0	18.2 1.5	411 16.8	14.3 1.0
8	すい水		ゆかりごはん 焼き豆腐ナゲット 人参しりしり みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) パイン お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 米粉のみそ蒸しパン	633 22.9	19.3 1.8	569 21.9	19.6 1.7
9	もく木		けんちんうどん 大学芋 トマト バナナ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 豆乳 きなこおはぎ	591 19.8	9.7 1.3	514 18.5	9.9 1.1
10	きん金		ごはん ウィナーとキャベツの卵焼き ナムル みそ汁(大根・えのき) りんご お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 プリン	529 19.8	18.5 1.6	446 16.7	16.3 1.4
11	ど土	けんこきねんび 建国記念日							
13	げつ月		こぎつねごはん ◎れんこんの磯天ぷら ブロッコリー みそ汁(大根・もやし) オレンジ お茶	お茶 チーズ	の飲むラクトフェリン お菓子	557 16.4	16.4 1.8	460 15.1	15.6 1.6
14	か火		食パン 厚揚げのピザ焼き ほうれん草のサラダ やさいさんのチャウダースープ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 おにぎり	632 27.3	22.6 1.5	532 21.8	18.9 1.2
15	すい水		てま すし たまご あまににんじん やきにく 手巻き寿司(玉子・ツナきゅうり・甘煮人参・かんぴょう・焼肉) やさいさんの五目汁 パイン お茶	ぎゅうにゅう 豆乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 いちごホイップサンド	663 23.4	20.5 1.9	529 20.1	17.8 1.5
16	もく木		やきうどん やさいさんのお芋サラダ チーズ キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ゼリー・あられ	593 20.4	21.3 2.1	524 17.9	18.6 1.7
17	きん金		ごはん 魚の照り焼き ◎やさいさんの筑前煮 みそ汁(豆腐・なめこ) バナナ お茶	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎ココアオートミールクッキー	635 25.3	21.6 1.4	517 20.4	18.8 1.2
18	ど土		やき焼そば チンゲン菜のスープ ゼリー フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	522 17.6	16.1 1.7	477 15.5	14.3 1.4
20	げつ月		ごはん 焼き魚 肉みそ根菜 すまし汁(青菜・えのき) オレンジ お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	の飲むラクトフェリン お菓子	533 20.9	14.3 1.1	500 20.2	15.9 1.0
21	か火		ぎゅうにゅう 豆乳パン 鶏肉の香草焼き 蒸し野菜(オーロラソース) おむぎ 押し麦のスープ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 豆乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 フランクフルト	661 31.0	36.8 3.1	524 24.2	26.9 2.0
22	すい水		しょうゆ 醤油ラーメン 中華サラダ きんときにまめ 金時煮豆 バナナ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ごまラスク	521 21.5	12.5 1.7	428 18.8	11.4 1.4
23	もく木	てんのうたんじょうび 天皇誕生日							
24	きん金	そつえんえんそく 卒園遠足	ハヤシライス ひじきのツナ酢和え トマト いちご お茶	ぎゅうにゅう 豆乳 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 あんまん	631 19.7	20.9 1.5	542 18.4	20.4 1.4
25	ど土	わくわくフェスタ							
27	げつ月		ごはん 魚のみそ煮 納豆和え きりたんぼ入り汁 オレンジ お茶	お茶 クラッカー	の飲むラクトフェリン お菓子	545 21.7	17.3 1.2	466 17.9	16.4 1.0
28	か火		のり塩チキンドック マカロニサラダ トマト コーンスープ りんご ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 きなこ豆乳寒天	573 24.9	24.3 1.7	443 20.2	20.7 1.4

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

## ★今月の絵本給食をご紹介します★

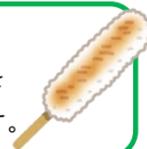
『やさいさん』(学研)

小さい子から楽しめるしかけ絵本です。大きな葉っぱをヒントに隠れているお野菜を当てていきます。馴染みがある絵本と給食のコラボで「絵本に出てきたにんじん!」と子どもたちが野菜に興味が高くなるのを感じます。何個の食材を見つけられるか聞いてみたいと思います。



## ★お料理で全国制覇★

今月は秋田県の郷土料理『きりたんぼ入り汁』です。「きりたんぼ」とはご飯をすりこぎですりつぶし、芯にした棒にぎりつけて焼いたものがあります。みそを付け火で煮てそのままいたり、鍋にして食べるのが一般的ですが、今回は鶏肉や野菜と一緒にしょうゆ味で仕立てます。



今年も節分の季節になりました。豆まきで「鬼は外」「福は内」と大きな声で邪気を追い払えるといいですね。給食では子どもたちが元気で健やかに成長するようお願いを込めて、毎年恒例の「赤おにライス」を作ります。お楽しみに♪