



ハイ！ おひるだよ！



2月は節分、お誕生会、天神講とお楽しみ給食が続きます。

節分では、オニライスを作ります。

天神講は学問の神様の菅原道真公の掛け軸を床の間に飾って学業成就をお願いする行事です。

どちらも日本に古くから伝わる伝統行事ですね。

すみれ保育園

日曜	こ ん だ て	お か ず			お や つ ★は手作りおやつ	エネルギー	家庭で補ってほしい食品
		赤 血や肉になる	緑 体の調子を整える	黄 力や熱のもと			
1 金	おにライス カレースープ りんごゼリー	豚肉 高野豆腐	もやし 玉ねぎ	じゃがいも 焼きそば	スポンジ 焼き菓子	577	緑黄色野菜
4 月	ご飯 昆布巻き 鶏肉と根菜の照り煮 白菜のみそ汁	鮭 鶏肉 油揚げ	れん根 ごぼう	さといも つきこん	牛乳 米菓	524	卵
5 火	ご飯 八宝菜 えびシューマイ 中華サラダ	豚肉 えび イカ	白菜 もやし いら	ごま油 片栗粉	★牛乳 パンプキンマフィン	553	豆・豆製品
6 水	ご飯 かつおフライ 切り昆布炒め煮 なめこ汁	かつお 東揚げ	大根 人参 なめこ	じゃがいも 油	★カルピスゼリー	544	肉類
7 木	ご飯 洋風卵とじ ウィンナー 大根ゆかりあえ	卵 ウィンナー	玉ねぎ 大根	じゃがいも 三温糖	牛乳 ソフトせんべい	512	くだもの
8 金	ご飯 かぼちゃコロッケ 昆布あえ 五目うどん汁 	豚肉 かまぼこ	長ネギ しいたけ 人参	うどん 油	牛乳 ビスコ	535	魚介類
12 火	ご飯 オムレツ マロニーマヨネーズサラダ 豆腐のとろみスープ	卵 豆腐 豚挽肉	もやし いら 人参	マロニー ごま油	牛乳 ごまゴフレット	546	海草類
13 水	ご飯 鮭西京焼 土佐あえ 豚汁	鮭 豚肉 豆腐	もやし 小松菜 ごぼう	じゃがいも 糸こん	★麦茶 ハートのブラウニー	597	乳・乳製品
14 木	ご飯 ハートのハンバーグ コールスローサラダ チャウダースープ	豚肉 ベーコン	キャベツ 玉ねぎ	じゃがいも	りんご	528	豆・豆製品
15 金	ポークカレー 切干大根サラダ 柑橘くだもの	豚肉 ツナ	キャベツ 人参	じゃがいも ごま油	牛乳 ラスク	540	きのこ類
18 月	ご飯 厚揚げと野菜のごまみそ炒め ポトフスープ 手作りカレーふりかけ	豚肉 厚揚げ	キャベツ 大根	じゃがいも	★牛乳 かぼちゃドーナツ	558	海草類
19 火	わかめご飯 チキンカツ マカロニサラダ ふわふわ卵スープ お米のババロア	鶏肉 ベーコン	キャベツ 玉ねぎ	マカロニ パン粉	乳酸菌飲料 鈴カステラ	579	緑黄色野菜
20 水	ご飯 ポークビーンズ ブロッコリーマヨネーズ 根菜のコンソメスープ	豚挽肉 大豆	玉ねぎ れん根	じゃがいも 三温糖	★フルーツヨーグルト	530	魚介類
21 木	ご飯 さばのみぞれ煮 おから炒り煮 みそスープ	さば 卵 おから	キャベツ もやし	三温糖	牛乳 ベジタブルかりんとう	522	いも類
22 金	ロールパン ミートボール フレンチサラダ ホワイトシチュー	豚挽肉	玉ねぎ キャベツ	じゃがいも 三温糖	バナナ	567	海草類
25 月	おすし えびカツ ごまあえ すましじる みかんゼリー	えび 豆腐	キャベツ 長ネギ 人参	糸こん 油	牛乳 サブレ	542	肉類
26 火	ご飯 鶏肉と竹輪の甘辛煮 かき玉汁 柑橘くだもの 	鶏肉 卵 竹輪	玉ねぎ 人参 ほうれん草	ごま 片栗粉	ヨーグルト	510	豆・豆製品
27 水	ご飯 マーボー大根 春巻き ブロッコリーともやしのツナサラダ	豚挽肉 ツナ	大根 もやし いら	ごま油 片栗粉	★牛乳 ソフトクッキー	550	海草類
28 木	ご飯 納豆あえ おでん煮 ナムル	納豆 竹輪 はんぺん	もやし 大根 人参	さといも つきこん	★牛乳 チーズカップケーキ	547	緑黄色野菜