



2月予定献立表



| 日 | 曜 | 調 | 献立名 | | 予定材料 | | おやつ | |
|----|---|---|-----------------------------------|-----------------|---------|-------------------------------|---------------------------------|----------------|
| | | | 主菜 | 副菜 | 主菜 | 副菜 | | |
| 1 | 火 | 焼 | 豆腐ハンバーグ | カリカリいりこ・マカロニサラダ | 味噌汁 | 鶏ミンチ・玉ねぎ・豆腐・人参・大根 | いりこ・マカロニ・人参・胡瓜・ロースハム 白菜・若布 | ジャム蒸しパン 牛乳 |
| 2 | 水 | 炒 | ニラ豚 | きんぴらごぼう | スープ | 豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし・椎茸・ニラ | 牛蒡・人参 卵・えのき | きな粉おはぎ 牛乳 |
| 3 | 木 | 👹 | ★鬼さんプレート☆ | | | | | おにケーキ カルピス |
| 4 | 金 | 揚 | 鶏のからあげ | カラフルサラダ | 味噌汁 | 鶏肉 | ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン 長芋・なめこ | シュガークッキー 牛乳 |
| 5 | 土 | | ジャーマンポテト・トマト・ブロッコリー・ロールパン・牛乳 | | | 鶏肉・人参・パレイ・しめじ・えのき・卵・ウ化ナ・ピーマン | トマト・ブロッコリー・ロールパン・牛乳 | 源氏パイ ヤクルト |
| 7 | 月 | 汁 | 団子汁 | ちくわチーズ・納豆 | | 豚肉・玉ねぎ・人参・椎茸・白菜・牛蒡・団子 | 竹輪・チーズ・納豆 | ロールサンド 牛乳 |
| 8 | 火 | 焼 | 白身魚のいそべムニエル | 3種のきのこパレイの炒めもの | スープ | 白身魚 | 椎茸・エリンギ・しめじ・パレイ・人参 もずく | 桜えびと青菜のおにぎり 牛乳 |
| 9 | 水 | 煮 | 筑前煮 | 豆腐のサラダ | すまし汁 | 鶏肉・玉ねぎ・人参・牛蒡・蓮根・板麹・大豆・インゲン | 豆腐・若布・胡瓜・カニカマ・人参・しらす 大根・しめじ | ドーナツ 牛乳 |
| 10 | 木 | 炒 | 鶏団子の酢豚 | ほうれん草のソテー | 味噌汁 | 豚ミンチ・玉ねぎ・人参・筍・しめじ・ピーマン | ほうれん草・人参・コーン 薩摩芋・油揚げ | ホットケーキ 牛乳 |
| 12 | 土 | | 煮込みうどん・粉ふき芋・半月卵・レーズンロール・牛乳 | | | 鶏肉・玉ねぎ・人参・えのき・椎茸・蒲鉾・白ネギ・うどん | パレイ・卵・レーズンロール・牛乳 | ビスコ ヤクルト |
| 14 | 月 | 丼 | トリニータ丼 | たまごサラダ・ししやもの塩焼き | 味噌汁 | 鶏肉・ニラ | ブロッコリー・マカニ・パコン・卵・ししやも ほうれん草・パレイ | ピザトースト 牛乳 |
| 15 | 火 | 焼 | 豚まきカラフルチーズ | カリカリ甘辛れんこん | ポタージュ | 豚肉・牛蒡・人参・インゲン・チーズ | 蓮根 南瓜・クルトン | プリン 牛乳 |
| 16 | 水 | 煮 | 魚の煮付け | ツナ白菜 | すまし汁 | 赤魚 | 白菜・人参・胡瓜・ツナ缶 豆腐・えのき | コーンフレーク 牛乳 |
| 17 | 木 | 炒 | レバナラ炒め | ポテトサラダ | スープ | 鶏レバー・玉ねぎ・人参・もやし・ニラ | パレイ・人参・胡瓜・ロースハム 春雨・エリンギ | ココア豆乳もち 牛乳 |
| 18 | 金 | 揚 | おからコロッケ | ドレッシング和え | 味噌汁 | 牛ミンチ・玉ねぎ・パレイ・おから・MIXベジタブル | キャベツ・人参・胡瓜・パブリカ 大根・とろろ昆布 | いきなり団子 牛乳 |
| 19 | 土 | | ナポリタンスパゲティ・ウインナー・スマイルポテト・ロールパン・牛乳 | | | ベーコン・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・麵 | ウインナー・ポテト・ロールパン・牛乳 | プチケーキ ヤクルト |
| 21 | 月 | 汁 | 冬野菜カレー | キャベツの和え物 | | 牛ミンチ・人参・牛蒡・蓮根・大豆・椎茸・パレイ・インゲン | キャベツ・人参・胡瓜 | ツナサンド 牛乳 |
| 22 | 火 | 焼 | イタリアンチキン | ほうれん草としめじの卵炒め | 味噌汁 | 鶏肉・チーズ・トマト | ほうれん草・人参・しめじ・卵 里芋・油揚げ | ポテト揚げ餃子 牛乳 |
| 24 | 木 | 煮 | マーボー豆腐 | エビマヨ | スープ | 豚ミンチ・玉ねぎ・人参・干椎茸・えのき・豆腐・ニラ | むきえび 卵・白菜 | やせうま 牛乳 |
| 25 | 金 | 揚 | 鮭フライ | 添え野菜 | 味噌汁 | 鮭 | ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン 小松菜・厚揚げ | 黒ごまと薩摩芋のケーキ 牛乳 |
| 26 | 土 | | クリームシチュー・卵炒め・トマト・ロールパン・牛乳 | | | 鶏肉・玉ねぎ・人参・パレイ・しめじ・コーン・グリーンピース | 卵・トマト・ロールパン・牛乳 | ミニドーナツ ヤクルト |
| 28 | 月 | 汁 | 肉うどん | ひじきの煮付け | 炊き込みごはん | 牛肉・玉ねぎ・人参・干椎茸・えのき・牛蒡・麵 | ひじき・人参・大豆・油揚げ・インゲン 牛蒡・人参・麹 | のりじゃこトースト 牛乳 |

● 果物・・季節の果物が毎日つきます ● トマト・・副菜につくことがあります ● 牛乳・・おやつの献立によって食事の際につくことがあります

大豆を豆まきに使うのはなぜ？



節分の豆まきには炒った大豆が使われますが、これは「魔物の目(魔目)を射る」ことができると考えられ「魔滅(まめ)」に通じるとされています。「鬼は外！福は内！」のかけ声とともに、子どもと元気いっぱい鬼を追い払いましょう。



節分に恵方巻を食べよう



恵方巻は、その年の縁起のよい方角を向いて願いごとを心に浮かべながら無言で食べ切ると願いごとが叶うと言われています。具の中身は、七福神にちなんで7種類入れて縁起をかつぐとも言われています。今年は、北北西です。

