



平成30年2月分予定献立表

西尾市子ども課

ひ よ う 日 曜	こ ん だ て め い 献 立 名	ざ い り ょう め い				か ん し ょ く	
		ち や に く と な る し ょ く ひ ん	ね つ や ち か ら と な る し ょ く ひ ん	か ら だ の ち ょう し を と と え る し ょ く ひ ん	そ の た	ご ぜん お や つ 3 歳 未 満 児	ご こ お や つ
1	木 ごはん やきのり オレンジ ひきすり だいこんのになます	やきのり とりにく やきとうふ あげ	こめ みりん さとう あぶら さとう	オレンジ ねぎ はくさい ししいたけ にんじん にんじん だいこん	しょうゆ さけ す	はっこうにゅう おかし	ぎゅうにゅう ワイドポテ
2	金 (行事食) えほうまき すましじる	ウインナー つなかんのり とうふ おふ けすりぶし	こめ チーズ マヨネーズ	きゅうり にんじん みつば えのき	しょうゆ す しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おかし
3	土	保 育 発 表 会					
5	月 パン とりにくのやわらかに スイートポテトサラダ やさしいスープ	とりにく ベーコン	パン みりん さとう さつまいも マヨネーズ	しょうが コーンかん きゅうり にんじん コーンかん にんじん キャベツ	しょうゆ さけ コンソメ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あべかわ
6	火 ごはん やきのり フルーツ なまあげのそぼろに ほうれんそうとたまごのり	やきのり なまあげ ぶたひきにく たまご	こめ さとう あぶら かたくりこ あぶら	フルーツ えのきだけ たまねぎ にんじん ピース ほうれんそう	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう まんじゅう
7	水 ごはん とうふハンバーグのやさしいあん かけ ししゃも オレンジ	とうふハンバーグ とりにく ししゃも	こめ かたくりこ みりん あぶら	にんじん たまねぎ しょうが さやえんどう えのきだけ オレンジ	しょうゆ しろだし	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おかし ソーセージ
8	木 ジャムパン とりのからあげ やさしいあっさりスープ キャベツのゆかりあえ	とりにく つなかん とうにゅう	パン あぶら かたくりこ じゃがいも あぶら コーンシチューベース	しょうが にんじん コーンかん ブロッコリー きゃべつ にんじん	しょうゆ さけ しそこ	ぎゅうにゅう	ヨーグルト
9	金 ひじきのまぜごはん まろやかさつまじる ほうれんそうとベーコンのり	ひじき じゃこ ちくわ とりにく みそ あげ けすりぶし とうにゅう ベーコン	こめ あぶら みりん さとう さつまいも あぶら	にんじん ほししいたけ さやえんどう れんこん にんじん ねぎ はくさい ほうれんそう	しょうゆ	ヨーグルト	ぎゅうにゅう パンフキンマ フィン
10	土 わかめごはん ウインナー やさしいスープ	ウインナー わかめ	こめ じゃがいも	たまねぎ きゃべつ にんじん コーンかん	コンソメ	おちゃ おかし	おちゃ おかし
13	火 おにぎり オレンジ みそおでん あますあえ	のり しゃけルーク みそ はんぺん ちくわ なまあげ ぶたひきにく	こめ さとう さとう	オレンジ だいこん にんじん こんにゃく だいこん にんじん れんこん	す	ヨーグルト	ぎゅうにゅう ☆こめこのむ しばん
14	水 パン えびカツフライ ミモザサラダ コーンスープ	えびカツ たまご ぎゅうにゅう	パン あぶら こむぎこ パンこ マヨネーズ あぶら	きゃべつ ブロッコリー にんじん クリームコーンかん パセリ コーンかん たまねぎ	ソース コンソメ	とうにゅう	ぎゅうにゅう ココアムース
15	木 ごもくちゅうかさば ごぼうとツナサラダ フルーツ はっこうにゅう	ぶたにく ツナかん はっこうにゅう	ちゅうかさば ごまあぶら マヨネーズ ドレッシング	もやし きゃべつ にんじん ほししいたけ きゅうり コーンかん ごぼう フルーツ	スープのも と しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おかし
16	金 ごはん ふりかけ オレンジ いかのつみれとやさしいごもくに ほうれんそうとトフのすましじる	いかつみれ とうふ けすりぶし	こめ さといも さとう	オレンジ にんじん だいこん さやえんどう ほうれんそう	ふりかけ しょうゆ しろだし	むちょうせいと うにゅう	ぎゅうにゅう マドレーヌ
17	土 そうすい バナナ	ささみひきにく けすりぶし	こめ	はくさい だいこん にんじん バナナ	しょうゆ	おちゃ おかし	おちゃ おかし
19	月 しそごはん やきのり にみそ なのはなのおかかあえ ゆでたまご ミニゼリー	やきのり まめみそ あげ ぶたばらにく かつおぶし たまご	こめ さとう さといも ミニゼリー	オレンジ だいこん にんじん ねぎ はくさい こんにゃく なのはな	しそこ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう にくまん
20	火 ごはん オレンジ コンビーフカレー スイートポテトサラダ	コンビーフかん とりにく ハム	こめ 加ゆり パター あぶら さつまいも マヨネーズ	オレンジ たまねぎ りんご パセリ にんにく しょうが コーンかん きゅうり	ケチャップ	ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶどうゼリー

※ 都合により献立を変更する場合があります。

☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のおやつになる場合があります。

平日	エネルギー 568kcal	タンパク質 21.0g	脂質 17.9g	カルシウム 272mg	鉄 3.3mg
----	---------------	-------------	----------	-------------	---------



ひょう 日曜	こんだてめい 献立名	ざいりょうめい				かんしよく	
		ちやにくとなる しよくひん	ねつやちからとなる しよくひん	からだのちようしをととえる しよくひん	そのだ	ごぜんおやつ 3歳未満児	ごこおやつ
21	水 せきはん イカのレモンに かぼちゃみそしる こまつなのごまあえ	あすき イカフライ	こめ もちこめ あぶら さとう	レモンじる	しょうゆ	ちようせいとう にゆう	ぎゆうにゆう おかし
		けすりぶし みそ		かぼちゃ えのきだけ にんじん しめじ ねぎ			
			ごま	こまつな	しょうゆ		
22	木 パン クラムチャウダー りんごサラダ えびシューマイ	ベーコン ぎゆうにゆう あさり	パン じゃがいも パター かたくりこ クラッカー	たまねぎ にんじん コーンかん パセリ	コンソメ	ぎゆうにゆう	ぎゆうにゆう おかし
			ドレッシング	きゃべつ りんご みかんかん			
		エビシューマイ					
23	金 やきうどん きりぼしだいこんとつなツナ バナナ ぎゆうにゆう	ぶたにく はなかつお かまぼこ	うどん あぶら	きゃべつ にんじん ピーマン たまねぎ	しょうゆ しらだし	ぎゆうにゆう	じゃがいもの だんごじる
		つなかん	ドレッシング	きりぼしだいこん きゅうり にんじん			
		ぎゆうにゆう		バナナ			
24	土 ハヤシライス ソーセージ	ぶたにく	こめ ハヤシルウ あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん ピースかん	ケチャップ	おちゃ おかし	おちゃ おかし
		ソーセージ					
26	月 ごはん ふりかけ にくじゃが はるさめのすのもの チーズ		こめ			ぎゆうにゆう	ぎゆうにゆう コーンフレー ク
		ぎゆうにく	あぶら さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ さやえんどう こんにゃく	ふりかけ しょうゆ す さけ		
		たまご チーズ	さとう はるさめ	にんじん きゅうり			
27	火 しらすごはん マーボとうふ ちゅうかスープ	しらすぼし	こめ			ヨーグルト	ぎゆうにゆう スイートポテ ト
		とうふ ぶたひきにく みそ	あぶら みりん かたくりこ	たまねぎ にんじん ほししいたけ もやし ねぎ	ちゅうか スープ しょうゆ		
		わかめ	ごま	にんじん だいこん たけのこ コーンかん			
28	水 チキンライス はくさいとたまごのスープ ポイルウインナー	とりにく たまご	こめ さとう あぶら マーガリン	たまねぎ にんじん ほししいたけ ピースかん	ケチャップ しょうゆ ちゅうか スープ	ヨーグルト	ジュース ケーキ
		たまご とうふ		はくさい			
		ウインナー					

※ 都合により献立を変更する場合があります。

☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のおやつになる場合があります。

給食だより

節分・・・いわれ

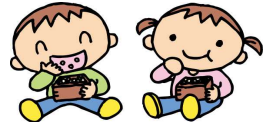
現在は立春の前日のことを節分と呼んでいますが、本来は季節の変わり目のことで年4回（立春・立夏・立秋・立冬の前日）あります。

旧暦では立春が年の初めだったので、旧暦元旦から7日までの間にあり、新暦では、2月3日、4日に当たります。今年は、2月3日が節分です。

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをし 邪気をはらい清めます。

「鬼は～外！福は～内！」

元気な声があちこちから聞こえてきます。「今日は、特別に10歳くらいおおきくなっちゃおうかな～」などと言って
余分に豆を食べている人はいませんか？ まだまだ、風邪の引きやすい時期です。外から帰ったら、うがい、手洗いをして
元気に寒い冬を乗り切りましょうね!



≪魚嫌いな園児にも好評な献立です。≫

いわしのかば焼き丼

材料	1人分
米	
いわし	40g
しょうが	05g
小麦粉	4g
油(揚げ油)	
だし汁	30cc
しょうゆ	5g
砂糖	3g
みりん	2g
小松菜(ほうれん草)	15g



作り方

- 1 いわしは、腹開きをする。
- 2 しょうが汁を魚にふりかける。
小麦粉をつけ、から揚げにする。
- 3 鍋にだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん
を入れ、火にかけたれを作る。
- 4 小松菜は、サツとゆで1～2cmに切り
炒め、しょうゆ、砂糖で味をつける。



●いわしを飾るのはなぜ？

いわしの臭みで鬼が近づかないように、
ヒイラギの葉のとげで鬼の目を刺して
家の中への侵入を防ぐ ために、との
意味があるそうです。

●節分にどうして豆なんだろう？

大豆には、霊的な力が宿っていると言われていたそうです。

ただし、炒り豆でないといけけないのは、

炒ってないと、豆をまいた後、拾い忘れられた豆から芽が出ると縁起が悪い
ということだそうです。

