

# 2月の給食メニュー



## 今月の給食目標

- ・寒さに負けず何でも食べよう!
- ・よく噛んで食べよう!



令和6年 2月  
三玉保育園 給食室



2月	月	火	水	木	金	土
朝あやつ				クッキー牛乳	ビスケット牛乳	クラッカー牛乳
副食				スパニッシュオムレツ コンソメスープ ツナサラダ *フルーツ	鬼さんハンバーグ 呉汁 フルーツ *キャンディーチーズ	ドライカレー コンソメスープ
あやつ				米粉のバナナケーキ ミルク	鬼さんクッキー カルピス	
朝あやつ	5 せんべい牛乳	6 ウエハース牛乳	7 クッキー牛乳	8 ビスケット牛乳	9 ボーロ牛乳	10
副食	チキンカレー ドレッシングサラダ フルーツ *野菜スープ	お弁当の日	すき焼き風煮 春雨マヨサラダ フルーツ *味噌汁	魚の味噌マヨ焼き 豆腐のお吸い物 ごぼうサラダ *フルーツ	鶏肉のクラッカー焼き 味噌汁 ほうれん草のごま和え *ひきわり納豆	生活発表会 (パン・ジュース)
あやつ	ぱりぱりピザ ミルク	麩のクッキー ミルク	いがぐり揚げ 玄米茶	チーズマフィン 牛乳	ヨーグルト かみかみ昆布	
朝あやつ	12	13	14	15	16	17
副食	建国記念の日	鮭のバター醤油焼き ビーフ汁 ひじきとツナのサラダ *フルーツ	すり身のだんご汁 手作りふりかけ 納豆和え フルーツ *キャンディーチーズ	誕生会 ♪お楽しみに♪	豚汁 ぎんびらごぼう ししゃも フルーツ *ひきわり納豆	ビビンバ丼 豆腐汁
あやつ		アーモンド田作り ミルク	チョコレートムース からいりいりこ	誕生ケーキ 牛乳	揚げパン ミルク	
朝あやつ	19	20	21	22	23	24
副食	魚と野菜の煮つけ 豆腐汁 フルーツ *ひきわり納豆	ぎょうざ コンソメスープ かみかみサラダ *キャンディーチーズ	魚の竜田揚げ 味噌汁 ブロッコリーのおかか和え *フルーツ	豆腐の肉味噌かけ れんこんサラダ フルーツ *豆腐汁	天皇誕生日	洋風雑炊 フルーツ
あやつ	のりじゃこトースト ミルク	フレークパー ミルク	おにぎり 玄米茶	牛乳もち からいりいりこ		
朝あやつ	26	27	28	29		
副食	クリームシチュー ひじきサラダ フルーツ *豆腐汁	生揚げと里芋の味噌煮 伴三糸 フルーツ *コンソメスープ	魚のフライ 春雨スープ ごまじゃこサラダ *ひきわり納豆	お魚コロッケ 味噌汁 甘酢和え *キャンディーチーズ		
あやつ	ハムマヨトースト 牛乳	さつまいもドーナツ ミルク	チョコパイ カルピス	スコーン ミルク		

\*は未満児添加分



2月4日は立春です。冬から春への季節の変わり目が立春ですが、その前日のことを、季節の節を分けるといった意味で『節分』と呼んでいます。

力強く豆を「福は内、鬼は外!」と言って戸外にまき、鬼を追い払って福の神迎えます。この時期は、不順な天候が続くため、病気になるやすく「身体の中から邪気(病気)を追い払う」といった願いも込めて、豆を年の数だけ食べます。

大豆は『畑の肉』と言われ、たんぱく質やビタミンが多く、貧血

予防の鉄、食物繊維やカルシウムが

バランス良く含まれています。

節分に限らず、普段から大豆・

大豆製品を摂取していきましょう。



## 節分の恵方巻とは?

太い巻き寿司を恵方に向かって無言で丸ごと食べ、1年の幸運を願います。

「巻く」ということから「福を巻き込む」「切らずに食べる」ことから「縁を切らない」という意味も込められています。

「恵方」とは、その年の幸運を招くとされる方角です。今年の恵方は…『東北東』です♪



豆まきの豆は、『炒り豆』を使用します。生豆を使用しないのは、「拾い忘れた豆から芽が出てしまうと縁起が悪いから」炒ることで鬼を封じ込め、また豆を最後は人が食べてしまうことで、鬼を退治したことになるそうです。

※保育園では、自分たちで育てた大豆を危険防止のため、畑でまきます!



## ◎チョコパイ◎

材料(2人分)

- ・冷凍パイシート 2枚
- ・卵黄 1個
- ・板チョコ 好みの量

- ①冷凍パイシートを取り出し10分程度解凍する
- ②オーブンを180℃に予熱する
- ③パイシートを適当に分割する
- ④パイを少し伸ばして板チョコを上に乗せる
- ⑤上にパイを重ねて四隅をフォークの背でギュッと閉じていく
- ⑥パイ生地の上から卵黄をハケで塗る
- ⑦180℃で15分焼くと完成♪

