



2023年 2月予定こんだてひょう



	こんだて	主なざいりょう	おやつ
1	水 チキンライス、コンソメスープ	鶏肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・白菜・豚肉	牛乳 スイートポテト
2	木 バターロール、ビーフシチュー マカロニサラダ	バターロール・牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース デミグラスソース・マカロニ・きゅうり・ハム・コーン	牛乳 おにぎり(そぼろ)
3	金 節分寿司、五目煮豆、すまし汁	高野豆腐・人参・椎茸・白ごま・卵・きざみのり・絹さや・大豆 こんにやく・ごぼう・れんこん・こんぶ・豆腐・えのき・みつ葉・わかめ	牛乳 鬼まんじゅう
4	土 マーボー丼、わかめスープ、りんご	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・生姜・青ねぎ・椎茸・長ねぎ わかめ・白ごま・りんご	牛乳 おかし
6	月 白身魚の甘辛煮、れんこんきんぴら 豚汁	メルルーサ・れんこん・人参・こんにやく・白ごま・豚肉・大根 しめじ・こんにやく・じゃがいも・青ねぎ	牛乳 きな粉ラスク
7	火 おでん、みかん	大根・厚揚げ・こんにやく・鶏肉・じゃがいも・卵・ちくわ・人参 みかん	牛乳 みずようかん
8	水 ベーコンピラフ、玉ねぎの野菜スープ	ベーコン・コーン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・パセリ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン
9	木 チャンポン麺、ちくわの磯辺あげ 豚肉のねぎみそ焼き	白菜・玉ねぎ・人参・椎茸・豚肉・卵・青ねぎ・ちくわ・青のり	牛乳 おにぎり(のりたま)
10	金 ほうれん草とコーンの胡麻和え 和風じゃがいもの野菜スープ	豚肉・青ねぎ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・コーン・すりごま じゃがいも・えのき・長ねぎ	牛乳 おかし
13	月 ウニライス、キャベツの野菜スープ	ウイナー・コーン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・キャベツ・パセリ	牛乳 バリバリピザ
14	火 肉じゃが、みそ汁、ぼんかん	じゃがいも・牛肉・玉ねぎ・人参・糸こんにやく・グリーンピース・大根 青ねぎ・わかめ・ぼんかん	牛乳 アメリカンドッグ
15	水 牛丼、みそ汁	牛肉・玉ねぎ・人参・こんにやく・長ねぎ・すりごま・麩・えのき 青ねぎ・わかめ	牛乳 ホットケーキ
16	木 豆乳ロール、ポトフ、春雨サラダ	豆乳ロール・じゃがいも・玉ねぎ・人参・キャベツ・鶏肉・ウイナー 春雨・きゅうり・コーン・すりごま	牛乳 おにぎり(のり)
17	金 鮭チャーハン、からあげ、中華スープ	鮭・玉ねぎ・人参・青ねぎ・コーン・鶏肉・生姜・卵・テンゲン菜 長ねぎ・わかめ・焼き豚	牛乳 カップヨーグルト
18	土 鶏丼、みそ汁、りんご	鶏肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・わかめ・りんご	牛乳 おかし
20	月 ほうれん草とちくわのおかか和え 和風大根の野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・生姜・ほうれん草・ちくわ・大根・人参・えのき 長ねぎ	牛乳 チキンナゲット
21	火 世界の国の日☆イタリア ラザニア ズッパ・ディ・チポツレ、いよかん	牛肉・豚肉・玉ねぎ・人参・トマト缶・餃子の皮・豆腐・チーズ パセリ・パン・いよかん	牛乳 パンナコッタ
22	水 鶏肉の照り焼き、シーザーサラダ かきたま汁	鶏肉・キャベツ・ベーコン・コーン・ヨーグルト・チーズ・卵・えのき みつ葉	牛乳 りんごドーナツ
24	金 鮭の香草焼き、ジャーマンポテト キャベツの野菜スープ	鮭・パセリ・じゃがいも・ベーコン・玉ねぎ・キャベツ・人参・青ねぎ	牛乳 おかし・チーズ
25	土 ツナピラフ、オニオンスープ、りんご	ツナ・コーン・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース ベーコン・りんご	牛乳 おかし
27	月 豆腐ハンバーグ、ポパイソー、みそ汁	牛肉・豚肉・玉ねぎ・卵・ひじき・牛乳・豆腐・ほうれん草・えのき コーン・ベーコン・切干大根・油揚げ・青ねぎ・わかめ	牛乳 麩のラスク
28	火 ハヤシライス、フレンチサラダ	牛肉・玉ねぎ・人参・エリンギ・りんご・デミグラスソース グリーンピース・キャベツ・ハム・コーン	牛乳 フルーツゼリー

☆季節の食事・・・節分

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気をはらい清めます。

季節の変わり目には天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病気)を追い払います。

豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」と言われているからです。

鬼まんじゅうは、東海地方でよく作られるサツマイモの入った蒸しまんじゅうのことです。

角切りにしたさつまいもの角が、ゴツゴツと鬼のツノや金棒に見えることから、この名がついたと言われています。

2023年の恵方は『南南東のやや南』です。



世界の国の日～今月はイタリアです

イタリアは、三方を海に囲まれ、比較的温暖な気候に恵まれています。

地域を大きく分けると、北部では軟質小麦(薄力粉など)や米の栽培、酪農など、

南部では硬質小麦(強力粉など)や野菜、果物の栽培、漁業などがそれぞれ盛んで、豊富な食材に恵まれているそうです。

園では、ラザニア、ズッパ・ディ・チポツレ(玉ねぎのスープ)、おやつにパンナコッタ(生クリーム製のゼリー)をいただきます。



☆おやつは上段:午前、下段:午後になっています。それぞれに牛乳がつきます。

☆その日の材料の都合により、献立が変更になることがあります。

☆玄関に『今日の献立(3歳児用)』を掲示してありますので、参考にして下さい。