

# 幼稚園給食献立表

平成29年2月

須磨浦幼稚園

日 曜日	献立名	材 料 名		
		(黄)力のもとになるもの	(緑)体の調子を整えるもの	(赤)血や肉となるもの
2 木	ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼 4種豆のサラダ わかめとうすまき麩のみそ汁	米 キャノーラ油 いりごま イタリアンドレッシング 麩	玉葱 おろし生しょうが 白菜 法蓮草 蓮根 人参 わかめ 青葱	豚肉 4種豆ミックス(白インゲン豆・ 赤インゲン豆・インゲン豆・エジプト豆) 味噌 牛乳
3 金	手巻き寿司 牛乳 ツナサラダの手巻き寿司 鯛のつみれと小松菜のすまし汁 福豆	米 いりごま マヨネーズ	焼のり 玉葱 キャベツ グリーンアスパラ コーン 小松菜 人参	シーチキン 鯛つみれ 福豆 牛乳
6 月	ごはん 牛乳 鶏肉のしその香焼き コールスローサラダ 南瓜と麩のみそ汁	米 キャノーラ油 麩	赤しそふりかけ キャベツ 人参 キュウリ コーン 南瓜 青葱	鶏肉 味噌 牛乳
7 火	パン 牛乳 ハンバーグのハヤシソースかけ 花野菜サラダ オレンジ	食パン フレンチドレッシング キャノーラ油	玉葱 ブロッコリー カリフラワー 人参 コーン オレンジ	ハンバーグ(牛・鶏) 牛乳
9 木	ごはん 牛乳 白身魚のムニエル 焼きそば じゃが芋としめじのスープ	米 小麦粉 キャノーラ油 焼きそば麺 じゃが芋	ハセリ キャベツ 玉葱 青葱 人参 しめじ 法蓮草	ホキ骨なし 牛乳
10 金	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の昆布炒め 蒸しシューマイ 白菜とうすまき麩のみそ汁	米 キャノーラ油 いりごま 麩	チンゲン菜 玉葱 緑豆もやし 人参 たけのこ 干しいたけ きくらげ 昆布 白菜 青葱	豚肉 シューマイ(鶏・豚) 牛乳
14 火	ごはん 牛乳 ハート型コロケ 白菜と法蓮草のちくわ和え 豚汁	米 コロケ(サツマ芋・じゃが芋) キャノーラ油 こんにゃく 砂糖	白菜 法蓮草 コーン しいたけ 大根 人参 ごぼう 青葱	ちくわ 豚肉 うす揚げ 味噌 牛乳
16 木	めん 牛乳 変わりのだねイタリانسバゲティ 大根とささみのサラダ バナナ	スバゲティ キャノーラ油 パンパンジードレッシング	玉葱 しめじ コーン グリーンピース 大根 キュウリ 人参 パナナ	豚肉 大豆たんぱく ささみ 牛乳
17 金	ごはん 牛乳 鮭の西京焼き 白菜の信田和え 蓮根ともやしの生姜とろみ汁	米 砂糖 キャノーラ油 片栗粉	白菜 インゲン 人参 緑豆もやし 蓮根 法蓮草 おろし生しょうが	鮭骨なし 味噌 うす揚げ 牛乳
20 月	ごはん 牛乳 ミンチカツ 花野菜のおかか和え 大根と麩のみそ汁	米 キャノーラ油 砂糖 麩	ブロッコリー カリフラワー 人参 大根 青葱	ミンチカツ(鶏・豚) 花かつお 味噌 牛乳
21 火	ごはん 牛乳 鶏肉の塩麹焼き ひじき入り白菜のツナサラダ サツマ芋としめじの豆乳汁	米 砂糖 キャノーラ油 サツマ芋	ひじき 玉葱 白菜 キュウリ 人参 しめじ 青葱	鶏肉 シーチキン 味噌 豆乳 牛乳
23 木	炊き込み ごはん 牛乳 鱈の天ぷら 春雨の和え物 法蓮草と麩のみそ汁	米 小麦粉 キャノーラ油 春雨 砂糖 ごま油 麩 こんにゃく	キュウリ コーン きくらげ 法蓮草 人参 ごぼう	鱈骨なし 味噌 鶏肉 牛乳
24 金	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き キャベツと小松菜の海藻サラダ 里芋とうす揚げのみそ汁	米 砂糖 キャノーラ油 里芋	キャベツ 小松菜 人参 黄ピーマン わかめ 青葱	鶏肉 うす揚げ 味噌 牛乳
27 月	ごはん 牛乳 バーベキューチキン 大根サラダ チンゲン菜と麩のみそ汁	米 砂糖 キャノーラ油 麩	おろし生しょうが 大根 いんげん 蓮根 コーン 人参 チンゲン菜	鶏肉 味噌 牛乳

※食材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

## 節分にまつわる食べ物

### 恵方巻

今年の恵方は

「北北西」

### 鯛と柊



節分にその年の恵方に向かって、  
願い事をしながら巻き寿司を無言で  
1本食べると、その願いが叶うと  
言われています。

鯛(イワシ)の頭を焼いて柊(ヒイラギ)の枝を刺し、  
家の入り口に飾ると柊の葉のトゲや鯛の匂いを  
嫌って鬼が近寄らないと言われています。



へいせい29ねん  
2がつ

《 きゅうしょくこんだてひょう 》



すまうらようちえん

		1(水)	2(木)	3(金)
		<p>〈おべんとうのひ〉</p>	<p>ふたにくのしよがやき よんしゅまめのさらだ わかめとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>つなさらだのてまきずし いわしのつみれとこまつなのすましじる ふくまめ ぎゅうにゅう</p>
6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)
<p>とりにくのしそのかやき こーるすろーさらだ かほちゃとふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>はんぱーくのはやしそーすかけ はなやさいさらだ おれんじ ぱん ぎゅうにゅう</p>	<p>〈おべんとうのひ〉</p>	<p>しろみざかなのむにえる やきそば じゃがいもとしめじのすーぶ ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>ふたにくとやさいのこぶしいため むししゅーまい はくさいとうすまきふのすましじる ごはん ぎゅうにゅう</p>
13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)
<p>〈ふりかえきゅうぎょうび〉</p>	<p>はーとがたころっけ はくさいとほうれんそうのちくわあえ とんじる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>〈おべんとうのひ〉</p>	<p>かわりだねいたりあんすばげてい だいこんとささみのさらだ ばなな ぎゅうにゅう</p>	<p>さけのさいきょうやき はくさいのしのだあえ れんこんともやしのしょうがとろみじる ごはん ぎゅうにゅう</p>
20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
<p>みんちかつ はなやさいのおかかあえ だいこんとふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>とりにくのしおこうじやき ひじきいりはくさいのつなさらだ さつまいもとしめじのとうにゅうじる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>〈おべんとうのひ〉</p>	<p>たらのてんぷら はるさめのあえもの ほうれんそうとふのみそしる たきこみごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>とりにくのてりやき きゃべつとこまつなのかいそうさらだ さといもとうすあげのみそしる ごはん ぎゅうにゅう</p>
27(月)	28(火)			
<p>ばーベきゅーちきん だいこんさらだ ちんげんさいとふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう</p>	<p>〈おべんとうのひ〉</p>			