



給食だより 2月

〈今月のお弁当の日は25日です〉

黄・赤・青

月	火	水	木	金
1 ごはん 豚のしょうが焼き キャベツとわかめの酢の物のっぺい汁 牛乳 にんじんホットケーキ	2 ごはん 松風焼き 大根の即席漬け 豆乳みそ汁 牛乳 フライドポテト	3 手巻きずし いわしのかば焼き 大豆の五目煮 春菊のすまし汁 牛乳 鬼まんじゅう	4 ごはん ぶり大根 ほうれん草のおかか和え なめこのみそ汁 牛乳 高野豆腐ラスク・りんご	5 五目ラーメン 白菜のごま和え さつま芋の煮物 ぼんかん 牛乳 梅おかかおにぎり
8 ごはん たらフライ 納豆サラダ かぼちゃのみそ汁 牛乳 いちごヨーグルト	9 食パン スペイン風オムレツ セロリのマリネ かぶのスープ・りんご 牛乳 桜えびしらすおにぎり	10 ごはん さばの味噌煮 小松菜のおかか和え 里芋のすまし汁 牛乳 豆乳くずもち	11 建国記念日	12 お誕生日メニュー ごはん クリームシチュー かぼちゃのコロコロサラダ フルーツカクテル お茶 ココアケーキ
15 ごはん ししゃものからあげ 高野豆腐とひじきの煮物 切り干し大根のみそ汁 牛乳 きなこトースト	16 雑穀ごはん 厚揚げのそぼろあん キャベツの煮浸し しじみのすまし汁 牛乳 にゅうめん	17 ごはん 豚肉の味噌炒め チンゲン菜のナムル きのこと卵の中華スープ 牛乳 りんご蒸しパン	18 ピクニック給食 レーズンクッキー	19 りんでんまつりうどん かぼちゃの煮物 ブロッコリーの塩昆布和え デコポン 牛乳 牛ごぼうおにぎり
22 ごはん さけのごま焼き 小松菜の磯香和え さつまいものみそ汁 牛乳 豆腐ドーナツ	23 天皇誕生日	24 赤組リクエストメニュー カレーうどん 鶏のから揚げ ほうれんそうのじゃこサラダ パフェ風デザート 牛乳 さつまいもこんぶおにぎり	25 お弁当の日  五平餅	26 ごはん おでん風煮 おからの炒り煮 ごぼうとれんこんのごま酢和え 牛乳 チヂミ

※材料の都合により、予告なく給食、おやつを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

※天候等の関係で、魚の種類や調理法を変更することもあります。ご了承ください。

※おやつにはお茶がつきます。

★土曜おやつ★				
	6日	13日	20日	27日
午前	チーズ	かぼちゃ	煮豆	りんご
午後	トースト	ココアケーキ	クッキー	ドーナツ

節分について

今年の節分は暦の関係で明治30年以来124年ぶりに2月3日ではなく2月2日です。光幼保育園では2月3日に子どもたちが元気よく豆をまいて心の鬼を退治します。給食も鯛や大豆など節分にちなんだ献立にしました。大豆は畑のお肉とも言われるほど栄養価が高く、子どもの成長を助けてくれます。今月の給食にも大豆からできている食材を取り入れています。ご家庭でも食卓に大豆料理を取り入れてみてください。

旬の食材

ブロッコリー・キャベツ・小松菜・ほうれん草・春菊・セロリ・大根・かぶ・白菜・柑橘類・ぶり・たら・たいなど

1月14日は黄組リクエストメニューで、【ポークカレー、ゆで卵、野菜がたくさん盛り込んだサラダ、フルーツポンチ】でした。メニュー決めの時には子ども達から様々な食材の名前があがったようで、うれしく思いました。当日は野菜に苦戦する子もいましたが、カレーやフルーツポンチはみんな大好きであつという間に食べていました。

2月24日は赤組リクエストメニューです。赤組さんからのリクエストは子ども達に人気のメニューが並びました。パフェ風デザートは新作メニューです。楽しみにしていてくださいね。

りんでんまつりの練習が始まります。2月19日にはりんでんまつりのうどんを給食で食べます。本番に向けて元気が出るように心を込めて作ります。