



2月3日は節分です

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、病にかかりやすく、その悪い鬼(病氣)を追い払うのです。

園では節分行事を2日に行います。その日の献立は、豆を使ったメニューを取り入れました。一部レシピを紹介합니다。

納豆の仲良し揚げ

4人分材料

- ・木綿豆腐 1丁
- ・納豆 1パック
- ・卵 1ヶ
- ・しらす 20g
- ・長ねぎ 3分の1本
- ・片栗粉 大さじ1
- ・揚げ油

作り方

- ① 長ねぎはみじん切りにする。
- ② 材料をすべて混ぜ、スプーンですくい揚げ油に落とし揚げる。
- ③ お好みで醤油をかける。

★簡単にできて、子どもたちからも人気のあるメニューです!!

今月のリクエスト献立

今月はおもさんの《メンチカツ・いちご・フレンチドック》です。8日(木)お楽しみ♪

クッキー作り

16日(金)にすみれ組を対象にクッキー作りを行います。すみれ組が作ったクッキーは全クラスでいただきます。すみれ組はエプロン・マスク・三角巾の準備をお願い致します。



日	曜	献立名	おやつ	kcal
1	木	麻婆豆腐・利休和え・トマト・すまし汁(白菜・筍)・いちご	セサミドーナツ 麦茶	306
2	金	納豆の仲良し揚げ・五目煮・ほうれん草・みそ汁(椎茸・もやし)・バナナ	韓国風のり巻き 麦茶	473
3	土	手作り弁当・スープ(わかめ・ごま)・みかん	バームクーヘン	
5	月	チキンカレー・もやしのナムル・ゆで卵・スープ(えのき・コーン)・デコポン	ホットケーキピザ スキムミルク	497
6	火	かに玉風・酢の物・ウインナー・スープ(しめじ・わかめ)・みかん	カルボナーラ 麦茶	462
7	水	サバのおろし煮・マセドアンサラダ・チーズ・みそ汁(豆腐・なめこ)・グレープフルーツ	くるみゆべし 麦茶	498
8	木	メンチカツ・中華サラダ・ミニトマト・すまし汁(はんぺん・万能葱)・いちご	フレンチドック 麦茶	412
9	金	ポテトグラタン・わかめのみぞれ和え・キャベツ・スープ(ベーコン・小松菜)・オレンジ	肉まん 麦茶	463
10	土	手作り弁当・すまし汁(卵・わかめ)・バナナ	バナナスティック ケーキ	
12	月	おやすみ		
13	火	高野豆腐のいんろう煮・七目納豆・ゆかり大根・みそ汁(キャベツ・油揚げ)・パイン	豚汁うどん	451
14	水	おにぎりの日 豆のつぶら・里芋煮っ転がし・ブロッコリー・すまし汁(もやし・舞茸)・いちご	ブラウニー 麦茶	318
15	木	鮭のつぶつぶ焼き・マカロニカレー炒め・トマト・みそ汁(大根・椎茸)・デコポン	ポテトたこやき 麦茶	417
16	金	鶏の照り焼き・根野菜のごま味噌炒め・コーン・すまし汁(卵豆腐・万能葱)・バナナ	手作りクッキー	465
17	土	手作り弁当・スープ(わかめ・ごま)・パイン	チーズ蒸しパン	
19	月	煮込みハンバーグ・果菜サラダ・チーズ・スープ(白菜・ベーコン)・グレープフルーツ	今川焼(クリーム) 麦茶	492
20	火	鮭の黄金焼き・じゃが芋ソテー・白菜磯部和え・すまし汁(卵・にら)・オレンジ	洋風ぞうすい	460
21	水	🎂お誕生会(お箸だけ持たせてください)🎂		
22	木	すき焼き煮・ひじき和え・ブロッコリー・スープ(玉ねぎ・しめじ)・デコポン	カレーうどん	357
23	金	チーズ入り茶わん蒸し・南瓜サラダ・もやし・スープ(椎茸・ほうれん草)・パイン	コーンフレークケーキ 麦茶	432
24	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ・わかめ)・オレンジ	ムース大福	
26	月	サイコロ酢豚風・わかめとツナのサラダ・トマト・みそ汁(玉ねぎ・椎茸)・バナナ	クロワッサンサンド スキムミルク	498
27	火	レバー中華風・さつま芋とごぼうの煮物・コーン・すまし汁(卵豆腐・わかめ)・いちご	焼そば 麦茶	509
28	水	豚肉ソースマリネ・白菜甘酢和え・キャベツ・スープ(じゃが芋・しめじ)・デコポン	豆腐白玉 麦茶	290

今月のおにぎりの日は14日(水)です。

※仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。