



よていこんだて

令和元年度

末崎保育園

今月の目標

かぜをひかないよう元気な体を作ろう

節分は立春の前日、冬の季節が終わって春の季節に移るとい季節の変わり目を意味します。昔から、この日に厄除けの行事が行われていました。昔の人は災いは鬼がもってくると信じていて、「鬼は外」の掛け声で豆をまいて鬼を追い払い、家族の健康や幸せを願いました。豆は「まめに暮らせるように」という縁起も担っています。

保育園では3日に豆まき会を行います。また、2月は豆がおいしい季節です。大豆は良質なたんぱく質が豊富で栄養満点、消化吸収にもよい食品です。今月の給食では大豆製品を多く取り入れています。



ご飯のいらない日
1・5・12・15・19・26・27・29日
おにぎりを持ってくる日
8・22日



献立紹介



- 1月24日(金)
- さつまいものコロッケ
 - こんぶのもの
 - もやしのみそしる
 - ゼリー

☆さつまいものコロッケ(4人分)

- | | | |
|--------|------|--|
| ・豚ひき肉 | 40g | 1. たまねぎをみじん切りにする。 |
| ・さつまいも | 160g | 2. さつまいも、じゃがいもは適当な大きさに切り、蒸す。 |
| ・じゃがいも | 60g | 3. 鍋にバターをしき、豚ひき肉、たまねぎを炒める。火が通ったら、カレー粉、塩で味を付ける。 |
| ・たまねぎ | 60g | 4. 2をつぶし、3と混ぜ、成形する。 |
| ・バター | 少々 | 5. 小麦粉を水で溶き、4に付け、パン粉を付け、揚げる。 |
| ・カレー粉 | 少々 | |
| ・食塩 | 少々 | |
| ・小麦粉 | 12g | |
| ・パン粉 | 適宜 | |
| ・油 | 適宜 | |

保育園ではパン粉を付けたものに油を塗って、焼くこともあります。

曜日	月	火	水	木	金	土
日						1
予定						
未満児主食	立春を迎えるといっても冬の寒さがまだ感じられます。朝ごはんを食べると体も温まり、気持ちよく一日をスタートできます。					とうにゅうチャウダー
昼食	風邪やインフルエンザに負けないように朝ごはんをしっかりと食べ、元気に過ごしましょう。うがい、手洗いも忘れずにしましょう。					・あんぱん ・ぎゅうにゅう
おやつ						
日	3	4	5	6	7	8
予定	豆まき会		完全給食	避難訓練	お楽しみ会	おにぎりべんとうの日
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん	
昼食	・いわしのうめに ・ほうれんそうのごまあえ ・けんちんじる ・くだもの	・とうふチキンナゲット ・こまつなのしょうゆいため ・わかめのみそしる ・くだもの	・なっとうまき ・にくみそうどん ・あさづけ ・くだもの	・にくだんごあんかけ ・ばんさんすう ・なめこじる ・くだもの	・やさいグラタン ・コーンソテー ・コンソメスープ ・ゼリー	おにぎりを持ってきてください。おかずはいりません。
おやつ	のむヨーグルト おにさんバームクーヘン	ぎゅうにゅう りんごケーキ	ぎゅうにゅう きなこサンド	りんごジュース クッキー	ぎゅうにゅう とうふケーキ	
日	10	11	12	13	14	15
予定		建国記念の日	完全給食	卒園写真 一日入学		
未満児主食	ごはん			ごはん	ごはん	じゃがいものカントリースープ
昼食	・かつおのこうみあげ ・カレーおから ・すいとんじる ・くだもの		・ロールパン ・かぼちゃシチュー ・ひじきナムル ・くだもの	・さけのしおやき ・にくじゃが ・とうふのみそしる ・くだもの	・ハートがたハンバーグ ・トマトソース ・マカロニサラダ ・わかめスープ ・バレンタインデザート	・ジャムパン ・ぎゅうにゅう
おやつ	ぎゅうにゅう あずきむしパン		むぎちゃ そぼろごはん	ぎゅうにゅう あげパンふう	むぎちゃ ちゅうかむしパン	
日	17	18	19	20	21	22
予定			完全給食 誕生児参観	おひなさま飾り うめっこひろば		おにぎりべんとうの日
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん	
昼食	・しのだに ・ひじきのソテー ・さつまじる ・くだもの	・かじきのみそマヨネーズやき ・ごもくまめ ・しめじのすましじる ・くだもの	・カレーライス ・ヨーグルトサラダ ・むぎちゃ	・ぶたにくのもちごめむし ・こんぶのいために ・ふのすましじる ・くだもの	・ちくぜんに ・きりぼしだいこんのナムル ・たまねぎのみそしる ・くだもの	おにぎりを持ってきてください。おかずはいりません。
おやつ	のむヨーグルト ふわふわむしパン	ぎゅうにゅう かぼちゃケーキ	むぎちゃ おたのしみデザート	ぎゅうにゅう ふのラスク	むぎちゃ こめこのりんごタルト	
日	24	25	26	27	28	29
予定	振替休日		完全給食	完全給食 お別れ会		
未満児主食		ごはん			ごはん	じゃがいものチーズに
昼食		・さけのみそに ・たけのこサラダ ・とうふのすましじる ・くだもの	・ナポリタン ・ポトフ ・くだもの	・いなりずし ・サンドイッチ ・エビフライ ・ミートボール ・にんじんスープ ・くだもの	・なまあげとぶたにくのみそいため ・こぎつねサラダ ・せんぎりやさいのすましじる ・くだもの	・メロンパン ・ぎゅうにゅう
おやつ		ぎゅうにゅう さつまいものオレンジに	むぎちゃ ゆかりごはん	むぎちゃ クラッカー	むぎちゃ ドーナツ	

※献立は都合により変更になる場合があります。