

# 2021年

# 2月献立表

# 服部みどり幼稚園

## ★「節分」の日★

みなさんは節分の意味を知っていますか？

「節分」とは、季節の分かれ目のことで年に4回あります。現在は「立春」の前日の節分が有名ですね。昔の人は悪いものや災いを鬼に例えて、豆をまいて追い払っていました。それが「節分」の行事として今でも行われています。

みなさんも豆をまいて、悪いものを追い払いましょう！

〈給食業者〉 月：ナフス南（株） 火水金：（株）万福

## ★2月・・・旬の食べ物★

大根 白菜 ごぼう  
カレイ ブロッコリー  
小松菜 イカ オレンジ

好き嫌いをなく食べて、元気な体を作りましょう！！



1日(月)		2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)				
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名			
① ごはん(かつおふりかけ) ② 鶏の照焼 ③ キャベツソテー ④ インゲンのお浸し ⑤ みかん缶	① 白米 ② 鶏肉 ③ キャベツ・玉葱 ④ インゲン ⑤ みかん	① ごはん(たまごふりかけ) ② おさつコロッケ ③ ポークチャップ ④ 冬野菜と鶏肉の旨煮 ⑤ 三角いなり ⑥ りんご(生果)	① 白米 発芽玄米 ② さつまい じゃが芋 ③ 豚肉 玉ねぎ ビーマン ④ 鶏肉 白菜 大根 しめじ ⑤ 魚肉 油揚げ 卵成分 ⑥ りんご	① ごはん(ゆかり) ② とんかつ ③ もやしの肉みそ炒め ④ 鶏団子 ⑤ 大豆とさつまいの甘辛煮 ⑥ 花形人参の煮付 ⑦ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② 豚肉 ③ 小松菜 鶏肉 玉ねぎ もやし ④ 鶏肉 玉ねぎ 乳成分 ⑤ 大豆 じゃこ さつまい ⑥ 人参 ⑦ バイン			① ごはん(かつおふりかけ) ② イカフライ ③ フルコギ風 ④ シューマイ ⑤ 花形さつま ⑥ ひじきの白和え ⑦ ミニゼリー	① 白米 発芽玄米 ② イカ ③ 牛肉 玉ねぎ はるさめ ④ ビーマン(赤) ビーマン 鶏肉のたれ ⑤ 玉ねぎ グリンピース 鶏肉 卵成分 ⑥ 魚肉 コーン 人参 玉ねぎ ⑦ ひじき 豆腐 枝豆 ⑧ りんご みかん ぶどう もも			
エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩相当量 g		エネルギー 401 kcal たんぱく質 12.5 g 脂質 8.1 g 炭水化物 67.9 g 食塩相当量 1 g		エネルギー 416 kcal たんぱく質 12.8 g 脂質 8.2 g 炭水化物 69.7 g 食塩相当量 2.4 g				エネルギー 417 kcal たんぱく質 11.2 g 脂質 10.5 g 炭水化物 67.7 g 食塩相当量 1.3 g				
8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)				
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	建国記念の日	献立名	材料名	献立名	材料名		
① ごはん(かつおふりかけ) ② 野菜春巻 ③ 豚肉の生巻炒め ④ ひじき煮 ⑤ 白桃缶	① 白米 ② キャベツ・人参・玉葱・竹の子・春雨・ラード・オイスターソース・生姜・原材料の一部に大豆を含む ③ 豚肉・玉葱・人参・ピーマン・生姜 ④ ひじき・刻み揚げ ⑤ 白桃	① ごはん(たまごふりかけ) ② ユーリンチー ③ コマ風味ポテトサラダ ④ もやしのナムル ⑤ カットコーン ⑥ 厚揚げの煮付 ⑦ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 白ねぎ 青ねぎ ③ じゃが芋 ハム 人参 きゅうり ごま ④ もやし チンゲン菜 ぜんまい ⑤ コーン ⑥ 豆乳 ⑦ みかん	① ごはん(たまごふりかけ) ② チキンカツ ③ ピーファン炒め ④ 南瓜シューマイ ⑤ 千切大根のカレー煮込 ⑥ 揚げた花形豆腐 ⑦ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ③ 豚肉 豚肉 玉ねぎ ビーマン(赤) きくらげ ④ 魚肉 南瓜 豆腐 ⑤ 千切大根 人参 あげ 小松菜 ⑥ 人参 玉ねぎ なばな 豆腐 卵成分 魚肉 ⑦ りんご	建国記念の日 	① ごはん(ゆかり) ② カレイの唐揚げ ③ 鶏肉の生巻焼 ④ 磯辺マカロニソテー ⑤ 肉団子 ⑥ 花形がんもの煮付 ⑦ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② カレイ 唐揚げ(乳成分) ③ 鶏肉 玉ねぎ キャベツ ④ マカロニ 人参 干しいたけ ⑤ 鶏肉 玉ねぎ 乳成分 卵成分 ⑥ 豆乳 おから ⑦ もも	エネルギー 404 kcal たんぱく質 9.8 g 脂質 9.7 g 炭水化物 66.8 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 445 kcal たんぱく質 12.1 g 脂質 11.1 g 炭水化物 72.4 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 419 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 8.2 g 炭水化物 67.6 g 食塩相当量 2 g	エネルギー 419 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 8.2 g 炭水化物 67.6 g 食塩相当量 2 g
15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)				
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名		献立名	材料名	献立名	材料名		
① ごはん(かつおふりかけ) ② サワラの照焼 ③ チンゲン菜ソテー ④ 春雨の酢の物 ⑤ プチゼリー	① 白米 ② サワラ ③ チンゲン菜・人参 ④ 春雨・コーン ⑤ 果汁・寒天(全てにりんご果汁含む)	① ごはん(ゆかり) ② ハムカツ ③ 豚肉と大根のみそ煮 ④ いんげんのごま和え ⑤ さつまいの甘煮 ⑥ 杏仁豆腐	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 豚肉 乳成分 ③ 大根 豚肉 しめじ 青ねぎ ④ いんげん 人参 こんにゃく ⑤ さつまい ⑥ マンゴ 乳成分 寒天 卵成分	① ごはん(さけふりかけ) ② さばの塩焼 ③ たこ焼 ④ ウインナー ⑤ きんぴらごぼう ⑥ 南瓜のそぼろ煮 ⑦ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② さば ③ タコ焼 たこ 小麦 卵成分 青ねぎ ④ 鶏肉 ⑤ ごぼう 絹さや 人参 ⑥ 南瓜 枝豆 鶏肉 ⑦ もも		① ごはん(かつおふりかけ) ② ごまササミカツ ③ ベンネのペペロンチーノ風 ④ ポークビーンズ ⑤ ブロッコリーの煮付 ⑥ 青のりポテト ⑦ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ごま ③ ベンネ ペーコン 人参 ほうれん草 ④ 大豆 枝豆 豚肉 玉ねぎ ⑤ ブロッコリー ⑥ じゃが芋 青のり ⑦ バイン	エネルギー 406 kcal たんぱく質 10.3 g 脂質 9.0 g 炭水化物 69 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 419 kcal たんぱく質 11 g 脂質 10.2 g 炭水化物 66.5 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 406 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 9.5 g 炭水化物 g 食塩相当量 1.1 g	エネルギー 406 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 9.5 g 炭水化物 g 食塩相当量 1.1 g
22日(月)		23日(火)		24日(水)		25日(木)		26日(金)				
献立名	材料名	天皇誕生日	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名		
① ごはん(かつおふりかけ) ② 八宝菜 ③ イカ天ぷら ④ 小松菜のおかか和え ⑤ バイン缶	① 白米 ② 豚肉・玉葱・白菜・人参・ピーマン・キクラゲ ③ イカ・小麦 ④ 小松菜・糸かつお ⑤ バイン		① ごはん(たまごふりかけ) ② 野菜コロッケ ③ ポロネーゼ ④ ハムステーキ ⑤ ほうれん草シューマイ ⑥ キャベツのペペロン風 ⑦ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② じゃが芋 コーン 玉ねぎ ③ ポロネーゼ ④ マカロニ 豚肉 玉ねぎ 人参 グリンピース ⑤ 鶏肉 豚肉 ⑥ 魚肉 豆腐 玉ねぎ ⑦ ほうれん草 ⑧ キャベツ 人参 ツナ ⑨ バイン ※年少は遠足予備日のためおにぎり日になります	① カレーライス ② 青りんごゼリー	① 豚肉 人参 じゃが芋 玉葱 チーズ 白米 発芽玄米 ② アップル果汁 水飴	エネルギー 413 kcal たんぱく質 9.1 g 脂質 10.4 g 炭水化物 68.3 g 食塩相当量 1.1 g	エネルギー 516 kcal たんぱく質 11.5 g 脂質 10.3 g 炭水化物 91.4 g 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 516 kcal たんぱく質 11.5 g 脂質 10.3 g 炭水化物 91.4 g 食塩相当量 2.3 g	※年少は遠足のためおにぎり日になります  ※スプーンをお持ちください		

※魚に関しては、噛み砕ける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。  
尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。