

# 令和6年2月

# 献立表

## Information

2月3日は節分です。節分に合わせ、大豆を使った給食やおやつ、鬼まんじゅうが登場します。また、春の訪れを感じさせる菜ばなも和え物にします。まだまだ寒い日が続きますが、しっかり食べて鬼をやっつけるくらいのパワーをつけて、風邪など寄せ付けない強い体で、冬を乗り越えてほしいです。

## 食材案内 「節分と大豆」

節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。「鬼は外」の掛け声とともに豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって災いをはらう意味があります。節分に活躍する大豆は「畑の肉」と言われるほど栄養が豊富で、豆腐、みそ、醤油、きな粉、など様々な形に変化をします。大変面白い食材です。食卓やスーパーで見かけた時には大豆の変身した姿を子ども達に話してあげてください。

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
1,26	木/月	米(押し麦)	米(押し麦)	白がゆ	1日:りんご
		みそおでん 生揚げ、はんぺん、豚肉、大根 揚げポール、じゃがいも	みそおでん 生揚げ、はんぺん、豚肉、大根 揚げポール、じゃがいも	みそおでん 豚肉、大根、じゃがいも、豆腐 (はんぺん) 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	26日:フルーチェ フルーチェ、牛乳
2,16	金	コーンサラダ コーン、ほうれん草、人参、きゅうり	コーンサラダ コーン、ほうれん草、人参、きゅうり	コーンサラダ ほうれん草、人参、きゅうり (コーン)	2日:おにの子おやつ ホットケーキミックス、豆腐 バナナ、メープルシロップ、 生クリーム、とんがりコーン
		2日:コッペパン	16日:クロロールパン	白がゆ	16日:りんご
3	土	ポテトとコーンの煮物 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン	ポテトとコーンの煮物 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン	ポテトとコーンの煮物 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ クリームコーン 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	
		ひじきのサラダ(ア) ひじき、ツナ、ほうれん草 マヨネーズ	ひじきのサラダ ひじき、ツナ、ほうれん草	ひじきのサラダ ひじき、ツナ、ほうれん草	
5,19	月	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 油揚げ、花巻、干しいたけ	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 油揚げ、花巻、干しいたけ	五目うどん 干うどん、人参、ほうれん草 花巻(油揚げ、干しいたけ)	5日:おにまんじゅう さつまいも、上新粉、薄力粉 ベーキングパウダー、砂糖、塩
		チーズ	チーズ	スープ 豆腐、人参、玉ねぎ	19日:ミルクもち 片栗粉、牛乳、砂糖、きな粉 塩
6,20	火	中華飯 ホタテ、豚肉、白菜、人参 玉ねぎ、干しいたけ、ねぎ	中華飯 ホタテ、豚肉、白菜、人参 玉ねぎ、干しいたけ、ねぎ	おじや 豚肉、白菜、人参 玉ねぎ、(干しいたけ、ねぎ) 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	6日:サーターアングー サーターアングー粉(ア)
		ホタテのかき玉スープ(ア) ホタテ、豆腐、人参、にら、玉ねぎ 卵	ホタテのスープ ホタテ、豆腐、人参、にら、玉ねぎ 卵	スープ 豆腐、人参、玉ねぎ	20日:じゃが芋の甘辛揚げ じゃが芋、大豆の水煮、砂糖 しょうゆ、みりん、片栗粉
6,20	火	米(押し麦)	米(押し麦)	白がゆ	
		石狩鍋 鮭、人参、大根、里芋、白菜 生しいたけ	石狩鍋 鮭、人参、大根、里芋、白菜 生しいたけ	石狩鍋 鮭、人参、大根、白菜 (生しいたけ、里芋)	
6,20	火	南瓜煮つけ 南瓜	南瓜煮つけ 南瓜	南瓜煮つけ 南瓜	

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
11,25	木	ハヤシライス 豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ じゃが芋、スキムミルク	ハヤシライス 豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ じゃが芋、スキムミルク	豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ じゃが芋、スキムミルク 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	11日:ラスク パン、砂糖、バター
		コーンサラダ ホールコーン、キャベツ、水菜	コーンサラダ ホールコーン、キャベツ、水菜	コーンサラダ ホールコーン、キャベツ、水菜	25日:りんごのケーキ りんご、バナナ、豆腐、牛乳 ホットケーキミックス、バター
12,26	金	食パン 白身魚の磯辺揚げ 白身魚、青のり	食パン 白身魚の磯辺揚げ 白身魚、青のり	白身魚の煮つけ 白身魚	12日:みかん
		ポトフ 玉ねぎ、かぶ、人参、じゃが芋 ウインナー(卵不使用)	ポトフ 玉ねぎ、かぶ、人参、じゃが芋 ウインナー(卵不使用)	ポトフ 玉ねぎ、かぶ、人参、じゃが芋	26日:みかん
15,29	月	米(押し麦)	米(押し麦)	白がゆ	15日:さつま芋パン さつまいも、バター、砂糖、パン 牛乳、りんご
		ポテトのケチャップ煮 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋	ポテトのケチャップ煮 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋	ポテトのケチャップ煮 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	29日:ココア蒸しパン ホットケーキミックス、ココア、牛乳
16,30	火	ブロッコリーのごま和え ブロッコリー、人参、ごま	ブロッコリーのごま和え ブロッコリー、人参、ごま	ブロッコリーのごま和え ブロッコリー、人参、ごま	
		16日:ロールパン	30日:食パン	ロールパン、食パン	16日:カルピス寒天 カルピス、寒天
17,31	水	シーフードチャウダー 鮭、玉ねぎ、人参、じゃが芋 かぶ	シーフードチャウダー 鮭、玉ねぎ、人参、じゃが芋 かぶ	シーフードチャウダー 鮭、玉ねぎ、人参、じゃが芋 かぶ	30日:ひじきトースト(ア) 食パン、ひじき、コーン缶 マヨネーズ、しょうゆ、チーズ
		わかめの酢の物 わかめ、きゅうり、みかん缶	わかめの酢の物 わかめ、きゅうり、みかん缶	わかめの酢の物 わかめ、きゅうり	17日:お好み焼き 豚肉、キャベツ、じゃが芋 薄力粉、天かす、青のり 花かつお、ソース
19	金	17日:食パン	31日:クロロールパン	食パン、クロロールパン	31日:ふかし芋 さつまいも、塩
		チキンとマカロニのソテー マカロニ、鶏肉、人参、玉ねぎ、 ピーマン、エリンギ	チキンとマカロニのソテー マカロニ、鶏肉、人参、玉ねぎ、 ピーマン、エリンギ	チキンとマカロニのソテー マカロニ、鶏肉、人参、玉ねぎ、 (ピーマン、エリンギ)	
19	金	スープ 豆腐、えのき、あさつき、もやし	スープ 豆腐、えのき、あさつき、もやし	スープ 豆腐、もやし、(えのき、あさつき)	
		食パン	食パン	食パン	19日:りんご
22	月	和風スープスパゲティ スパゲティ、ベーコン(卵不使用) 玉ねぎ、人参、えのき、生しいたけ ほうれん草、切り海苔	和風スープスパゲティ スパゲティ、ベーコン(卵不使用) 玉ねぎ、人参、えのき、生しいたけ ほうれん草、切り海苔	和風スープスパゲティ スパゲティ、玉ねぎ、人参 (えのき、生しいたけ) ほうれん草、切り海苔	
		ゆかりあえ 小松菜、もやし、人参、ゆかり粉	ゆかりあえ 小松菜、もやし、人参、ゆかり粉	土佐あえ 小松菜、もやし、人参、花がとお	22日:南瓜ドーナツ ホットケーキミックス、豆腐 南瓜、さつま芋
22	月	ひじきご飯	ひじきご飯	おじや	
		豆腐と野菜のうま煮 豆腐、豚挽き肉、玉ねぎ、人参 チンゲン菜、しめじ	豆腐と野菜のうま煮 豆腐、豚挽き肉、玉ねぎ、人参 チンゲン菜、しめじ	豆腐と野菜のうま煮 豆腐、豚挽き肉、玉ねぎ、人参 チンゲン菜、(しめじ) 中期:鶏挽肉、後期:豚挽肉	