



2月分給食献立表

みどり保育園

日曜	行 事	3歳未満児・以上児共通献立			3歳未満児専用		日曜	行 事	3歳未満児・以上児共通献立			3歳未満児専用	
		10時	3時	昼 食	10時	昼 食			10時	3時	昼 食	10時	昼 食
1金	完全給食 節 分	落花生	肝油 お か し	鬼 ラ イ ス ブロッコリーサラダ 味噌汁 果 物	牛乳		16土	雪中親子レクレーション お 弁 当 の 日			う ど ん 汁 (温)		
2土		肝油	牛乳 お か し	ベーコンの卵とじ シュウマイ 果物 ホワイトシチュー キャンディチーズ	〃	バターロール	18月		肝油	牛乳 お か し	すき焼き風煮物 マカロニサラダ 納 豆 味噌汁 果 物	牛乳	御 飯
4月		〃	牛乳 お か し	豆腐団子の甘酢あんかけ シーチキン和え のり佃煮 味噌汁 トマト	〃	御 飯	19火		〃	手作りヨーグルト果物入り	レバーのソース炒め 大根キンピラ 茹野菜 味噌汁 果 物	〃	鮭 御 飯
5火		〃	手作りヨーグルトジャム入	春 巻 き おかか和え 味噌汁 果 物	〃	御 飯	20水		〃	牛乳 お か し	マーボー豆腐 中華ナムル 味噌汁 果 物	〃	御 飯
6水		〃	牛乳 お か し	卵 焼 き そぼろ煮 ★カリカリ大豆 味噌汁 果 物	〃	青菜御飯	21木	お誕生会	〃	ヤクルト (うさぎは牛乳) お か し	いなり寿司 法蓮草のゴマ和え 味噌汁 果 物	〃	
7木		〃	牛乳 コンフレククッキー	チャーシュー麺 ワカメサラダ キャンディチーズ 果 物	〃	おにぎり							
8金		〃	牛乳 お か し	魚のポテト焼き 茹野菜 人参しりしり 味噌汁 果 物	〃	御 飯	22金		〃	牛乳 プ リ ン	魚のマリネ マッシュポテト ツナサラダ 味噌汁 果 物	〃	御 飯
9土		〃	牛乳 お か し	炒めビーフン おしたし コーンスープ 果 物	〃	スティックパン	23土		〃	牛乳 お か し	はんぺんのバター焼 グリーンソテー 味噌汁 果 物	〃	おにぎり
12火	完全給食	〃	牛乳 お か し	カレーライス 野菜ナムル 100%ジュース 果 物	〃		25月		〃	牛乳 お か し	五目ソーメン 酢 の 物 プチゼリー 果 物	〃	バターロール
13水		〃	ココアゼリー お か し	ポテトグラタン ケチャップ炒め 味噌汁 果 物	〃	御 飯	26火		〃	牛乳 チーズ サンドイッチ	魚フライタルタルソースかけ なめたけ和え 味噌汁 トマト	〃	御 飯
14木		〃	牛乳 お か し	松風焼き ひじき煮付け 味噌汁 果 物	〃	御 飯	27水		〃	牛乳 お か し	宝 袋 煮 野菜天ぷら 味噌汁 果 物	〃	夕焼け御飯
15金		〃	牛乳 ポテトケーキ	魚の空揚げ ゴマ味噌マヨネーズ和え 茹野菜 すまし汁 トマト	〃	わかめ御飯	28木		〃	牛乳 お か し	卵コロッケ 茹野菜 酢味噌和え すまし汁 果 物	〃	御 飯

◎1(木)12(木)は、完全給食の日です。21(木)は、お誕生会の日です。お箸等とおしぼりのみ持たせて下さい。◎4(月)18(月)は、全員にのり佃煮等がでますので、パンではなく、白ご飯が良いと思います。
◎16(土)雪中親子レクレーションは、お弁当を用意して下さい。参加親子には、保育園で温うどんを用意します。★印は、新献立です。※都合により献立変更する場合があります。

☆☆給食室から→ 「落花生(ピーナッツ)」は、抗酸化作用が高く、ビタミンE、B群、ミネラル類などけが含まれています。

落花生は花の付け根からひげ根のようなものが伸び、土へ潜る。そこがふくらんで土の中に豆が出来るため「落花生」という名前がついたといわれています。

手作りピーナッツバター 材 料→落花生→適量 バター→落花生の半分の量 メープルシロップ→適量

(とても香ばしくて 作り方 ～ ①炒った落花生の薄皮をむき、フードプロセッサーにかける。 ②油が出てねっとりしてきたら、すり鉢に移し適温に戻したバターを加えさらに練る。
クセになる美味しさです) ③ほどよいペース状になったら好みでメープルシロップを加え完成。

保 存→煮沸消毒したビンに入れて保存すると10日間ほどもちます。

