

2月献立表

錦ヶ丘幼稚園

日	曜	献立名	おやつ	材料など	
1	土	*豚バラの甘辛丼 *田舎風豆スープ	芋けんぴ	豚肉・ウインナー・大豆・ひよこまめ・たまねぎ・レタス・キャベツ・にんじん・ミニトマト・さやいんげん・のり・生姜など	 <p>節分は、名前の通り「季節を分ける」ということを意味しています。立春・立夏・立秋・立冬の前日は季節の変わり目にあたり、それが節分です。現代では2月3日だけが節分になっていますが、これは4つの季節の中で「立春」が最も重視されていたためです。春の訪れである立春は1年の始まりでもあり特に待ち望まれていました。徐々にこの考えが強まり、立春の前日だけを節分と呼ぶことになったのが現代の節分の由来だといわれています。</p> <p>【豆をまくのはなぜ？】 もともと日本では、穀物などに邪気を払う力があると考えられていました。とくに大豆は米や麦と同じくらい重要な穀物として扱われており、魔除けや生命力に関する霊力が込められていると考えられていたのです。</p> <p>【ヒイラギいわしを飾るのはなぜ？】 柗の葉の棘が鬼の目を刺して鬼の侵入を防ぐ、もしくは焼いた鱈の煙や臭いによって鬼が近寄らないと言われているからです。</p> <p>【恵方巻き】 2020年節分の恵方は、西南西。恵方とは、その年の福徳を司る年神様のいる方で、その方向に向かって事を行えば何事も吉とされています。しゃべると運が逃げてしまうので、食べ終わるまで口をきかず、さらに、目を閉じて食べる、笑いながら食べるという説もあります。</p> 
3	月	*巻きずし *いわしのかば焼き *青のり汁	いりごまの豆菓子	いわし・牛肉・豆腐・だいず・卵・かにかまぼこ・豆乳・シーチキン・きゅうり・あおのり・しいたけ・しょうが・かんぴょう・あまのり・こんぶ・こめ・すりごま など	
4	火	*豚骨湯煮 *なめこのみぞれ汁	人参ケーキ	豚肉・厚揚げ・卵・竹輪・だいこん・にんじん・たけのこ・なめこ・しいたけ・みつば・レモン・しょうが・こんにゃく など	
5	水	*ブリと蓮根のみぞれ煮 *里芋のオープン焼き *赤だし	あんこのパリパリ春巻き	ぶり・絹ごし・あずき・粉チーズ・豆みそ・かつお節・れんこん・だいこん・なめこ・こねぎ・わかめ・こんぶ・里芋・春巻きの皮・片栗粉・オリーブ油・薄力粉・米油 など	
6	木	*肉味噌蒸し野菜丼 *蓮根とりんごのサラダ *吉野汁	じゃがもちチーズ	豚ひき肉・豆腐・チーズ・れんこん・キャベツ・もやし・たまねぎ・りんご・たけのこ・深ねぎ・えのきたけ・こねぎ・わかめ・じゃがいも・片栗粉・ごま油 など	
7	金	*白身魚のパン粉焼き *パンネ・アラビアータ *野菜スープ	バナナとビスケット	白身魚・ベーコン・粉チーズ・バナナ・たまねぎ・キャベツ・にんじん・みずな・セロリ・トマトホール・こねぎ・青のり・パセリ・にんにく・ペンネ・じゃがいも・パン粉・バター など	
8	土	*照り焼きチキンバーガー *バイクドポテト *リンゴジュース	無添加おかし	鶏肉・卵・豆乳・りんご・たまねぎ・レタス・にんにく・パセリ・ロールパン・じゃがいも・米油・パン粉・はちみつ など	
10	月	*イカじゃが *ふのりのみそ汁	納豆ピザトースト	鶏肉・豆腐・油揚げ・うすら卵・いか・チーズ・納豆・豆乳・人参・白菜・玉葱・もやし・こねぎ・ふのり・じゃがいも・米油 など	
11	火	□建国記念日□			
12	水	*鮭のクリーム煮 *きのこのペペロンチーノ *ホワイトミネストローネ	唐芋まんじゅう	鮭・豆乳・粉チーズ・ベーコン・ハム・白いんげん・たまねぎ・セロリ・しめじ・マッシュルーム・深ねぎ・えのきたけ・カリフラワー・にんじん・パセリ・さつまいも・スパゲッティ・じゃがいもなど	
13	木	*豆腐と挽肉のおかか揚げ *キャベツのごま和え *なめこのみそ汁	おやつカステラ	豆腐・鶏肉・厚揚げ・ハム・卵・かつお節・キャベツ・にんじん・だいこん・なめこ・いんげんまめ・しいたけ・こねぎ・わかめ・ながいも・米油・薄力粉・すりごま・ごま など	
14	金	*北欧ランチ・ベリージャム添え *マッシュポテト *豆タスープ*ひまわりパン	せんべいとプルーン	豚肉・豆乳・おから・卵・ハム・だいず・ひよこまめ・たまねぎ・プルーン・にんじん・りんご・グリーンピース・フランスパン・じゃがいも・ケチャップ・パン粉・薄力粉・バター など	
15	土	*かす汁のなべ焼きうどん *ゆかりおにぎり	無添加おかし	鶏肉・薄揚げ・かつお節・だいこん・深ねぎ・しいたけ・にんじん・ごぼう・しそ・こんぶ・うどん・じゃがいも・蒟蒻 など	
17	月	*ブリの照り焼き *蓮根のみそマヨサラダ *かきたまとろろ汁	塩昆布とゴマのおにぎり	ぶり・卵・ハム・豆乳・たまねぎ・れんこん・ブロッコリー・こねぎ・塩昆布・とろろ昆布・しょうが・すりごま・ごま など	
18	火	*マーボー豆腐 *野菜の3色ナムル *白菜の塩生姜スープ	ごまだんご	豆腐・豚肉・鶏肉・あずき・にんじん・もやし・たまねぎ・きゅうり・はくさい・こねぎ・しいたけ・しょうが・きくらげ・にんにく・じゃがいも・ごま油・片栗粉 など	
19	水	*和風ロール白菜 *ブロッコリーのごま和え *揚げとキャベツのみそ汁	はとむぎおこし	鶏肉・卵・かつお節・白菜・ブロッコリー・にんじん・たまねぎ・キャベツ・深ねぎ・しょうが・こんぶ・じゃがいも・片栗粉・すりごま・ごま など	
20	木	*牛丼*隠元の白和え *もやしのみそ汁 *焼きりんご	さつまいものクルクルパン	牛肉・豆腐・油揚げ・豆乳・卵・玉葱・りんご・もやし・にんじん・こねぎ・しいたけ・生姜・わかめ・さつまいも・こんにゃく・バター・米油・ねりごま・すりごま・ごま など	
21	金	*豚とネギの混込みご飯 *中華風酢の物 *わかめスープ	みかんとビスケット	豚肉・豆腐・ささ身・みかん・きゅうり・もやし・深ねぎ・わかめ・しょうが・はるさめ・ビスケット・ごま油・ごま など	
22	土	*ハヤシライス *フルーツポンチ	無添加おかし	鶏肉・チーズ・たまねぎ・バナナ・パイナップル・桃缶・にんじん・みかん・えだまめ・マッシュルーム・にんにく・オリーブ油など	
24	月	□振替休日□			
25	火	*変わりエビシューマイ *キャベツのゴマ酢和え *カブとベーコンのスープ	黒棒	豚肉・えび・ベーコン・キャベツ・かぶ・えのきたけ・たまねぎ・にんじん・しいたけ・深ねぎ・こねぎ・しょうが・にんにく・しゅうまいの皮・片栗粉・ごま油・すりごま など	
26	水	*やみつぎチキン *スパゲッティサラダ *洋風スープ	チーズ蒸しパン	鶏肉・豆乳・シーチキン・卵・きゅうり・コーン・ブロッコリー・スパゲッティ・ケチャップ・米油・オリーブ油・はちみつなど	
27	木	*鮭の味噌付け焼き *かぼちゃの煮物 *大根スープ	ゆかりおにぎり	鮭・ウインナー・かつお節・かぼちゃ・だいこん・たけのこ・にんじん・しそ・のり・こんぶ・ごま・片栗粉 など	
28	金	*白身魚の包み焼き *キャベツの味噌炒め *ゴマとろ汁	丸い揚げドーナツ	白身魚・厚揚げ・豆乳・卵・かつお節・キャベツ・ほうれんそう・えのきたけ・たまねぎ・しめじ・さやえんどう・にんじん・のり・こねぎ・ながいも・ごま油・バター・ごま・片栗粉 など	
29	土	*カレーうどん *鮭フレークおにぎり	げたんは	豚バラ・厚揚げ・鮭・たまねぎ・深ねぎ・にんじん・葉ねぎ・しょうが・にんにく・うどん・こめ・片栗粉・ごま など	



【変わりエビシューマイ】

シューマイの皮に包むのではなく、肉だねでエビをしつぽが出るように包み、細切りにした餃子の皮をまぶして蒸す料理。見た目が華やかでパーティにもおすすめです。

♪酢/しょうゆ/レモン汁=1/1.5/0.5の配分で手作りポン酢をつけても美味しい♪

【カレーうどん】

だしが決め手！サバ節たっぷり使ったダシでカレーをのばします。29日は白い服は着てこない方がいいかも！？