令和7年

2月　給食献立表

第二福田保育園

	曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食	3時おやつ	材料と体内での働き 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 15	土	牛乳 せんべい	ﾐｰﾄｿｰｽｽﾊﾟｹﾞﾃｨ ごま塩ｻﾗﾀﾞ ﾊﾞﾅﾅ		牛乳 菓子	せんべい・ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ・菓子 ｳｽﾀｰｿｰｽ・じゃがいも 白ごま・ｹﾁｬｯﾌﾟ	牛乳・豚ひき肉・粉ﾁｰｽﾞ	人参・玉ねぎ・干ししいたけ きゅうり・ﾄﾏﾄ缶・ﾊﾞﾅﾅ
3 17	月	牛乳 ﾋﾞｽｺ	鶏肉のさっぱり焼き ｷｬﾍﾞﾂとﾊﾑのあえもの もずくｽｰﾌﾟ		牛乳 3日菓子・甘納豆 17日きなこｸｯｷｰ	ﾋﾞｽｺ・砂糖・じゃがいも 菓子・甘納豆・小麦粉	牛乳・鶏もも肉・ﾊﾑ・ﾊﾞﾀｰ 絹豆腐・きな粉	しょうがﾁｭｰﾌﾞ・ｷｬﾍﾞﾂ・人参 きゅうり・もずく・玉ねぎ やっこねぎ
4 18	火	牛乳 乳ﾎﾞｰﾛ	ﾁｷﾝｶﾚｰ ﾌﾚﾝﾁｻﾗﾀﾞ りんご		牛乳 ｺｺｱ蒸しﾊﾟﾝ	乳ﾎﾞｰﾛ・じゃがいも ｶﾚｰﾙｳ・砂糖・小麦粉 ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ・純ｺｺｱ	牛乳・鶏もも肉 ﾊﾞﾀｰ・調整豆乳	人参・玉ねぎ・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ ｷｬﾍﾞﾂ・きゅうり・りんご
5 19	水	牛乳 ｳｴﾊｰｽ	鮭の塩焼き しらすあえ みそ汁		牛乳 菓子・昆布	ｳｴﾊｰｽ・里芋・菓子	牛乳・塩鮭・ちりめん 油揚げ・中みそ	ｷｬﾍﾞﾂ・人参・小松菜・玉ねぎ しめじ・やっこねぎ・昆布
6 20	木	牛乳 ﾐﾆﾄﾞｰﾅﾂ	炊き込みごはん けんちん汁 ゆかりあえ		牛乳 ｼｭｶﾞｰｻﾝﾄﾞ	ﾐﾆﾄﾞｰﾅﾂ・食ﾊﾟﾝ・ｸﾞﾗﾆｭｰ糖	牛乳・油揚げ・鶏もも肉 厚揚げ・ちくわ・ﾊﾞﾀｰ	人参・ごぼう・しめじ・大根 板こんにゃく・やっこねぎ ｷｬﾍﾞﾂ・きゅうり・ｺｰﾝ・ゆかり
7 21	金	牛乳 ﾋﾞｽｹｯﾄ	ﾗｰﾒﾝ ﾅﾑﾙ ﾊﾞﾅﾅ		お茶 わかめおにぎり	ﾋﾞｽｹｯﾄ・中華麺	牛乳・豚もも肉・焼き豚 なると・中みそ・ｶﾆｶﾏ	もやし・ｺｰﾝ・わかめ やっこねぎ・きゅうり・人参 ﾊﾞﾅﾅ・わかめごはんの素
8 22	土	牛乳 ﾋﾞｽｺ	肉うどん ツナのあえもの ｵﾚﾝｼﾞ		牛乳 菓子	ﾋﾞｽｺ・干しうどん・砂糖 ﾏﾖﾄﾞﾚ・菓子	牛乳・豚もも肉・かまぼこ ﾂﾅ水煮缶	ほうれん草・ｷｬﾍﾞﾂ・人参 きゅうり・ｵﾚﾝｼﾞ
10	月	牛乳 乳ﾎﾞｰﾛ	ﾋﾚｶﾂ ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ 豆乳ｽｰﾌﾟ		牛乳 菓子・するめ	乳ﾎﾞｰﾛ・小麦粉・パン粉 ｹﾁｬｯﾌﾟ・ｳｽﾀｰｿｰｽ・ﾏﾖﾄﾞﾚ ﾏｶﾛﾆ・さつまいも・菓子	牛乳・豚ﾋﾚ肉・ｳｲﾝﾅｰ ﾂﾅ水煮缶・調整豆乳 中みそ・するめ	人参・ｷｬﾍﾞﾂ・きゅうり・玉ねぎ 白菜・しめじ
25	火	牛乳 ｳｴﾊｰｽ	納豆丼 彩野菜のごまあえ みかん		牛乳 ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼｭｰｸﾘｰﾑ	ｳｴﾊｰｽ・砂糖・片栗粉 白ごま・小麦粉・強力粉 ｸﾞﾗﾆｭｰ糖	牛乳・豚ひき肉・納豆 中みそ・ﾊﾞﾀｰ・卵 生ｸﾘｰﾑ	人参・玉ねぎ・ｺｰﾝ やっこねぎ・小松菜・白菜 もやし・みかん ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ
12 26	水	牛乳 せんべい	鶏肉の中華風照り煮 ばんさんすう わかめｽｰﾌﾟ		牛乳 豆乳もち	せんべい・ｵｲｽﾀｰｿｰｽ 砂糖・春雨・片栗粉	牛乳・鶏もも肉・絹豆腐 調整豆乳・きな粉	きくらげ・きゅうり・人参・もやし 玉ねぎ・わかめ
13 27	木	牛乳 ﾐﾆﾄﾞｰﾅﾂ	さわらのﾈｷﾞｿｰｽがけ 土佐酢あえ すまし汁	ﾊﾞﾅﾅ	牛乳 おふﾗｽｸ	ﾐﾆﾄﾞｰﾅﾂ・砂糖・おつゆ麩 ｸﾞﾗﾆｭｰ糖	牛乳・さわら・かつお節 ﾊﾞﾀｰ	やっこねぎ・人参・ｷｬﾍﾞﾂ もやし・きゅうり・玉ねぎ わかめ
14 28	金	牛乳 ﾋﾞｽｹｯﾄ	いも煮 菜の花のおひたし 手づくりふりかけ		牛乳 菓子・ﾁｰｽﾞ	ﾋﾞｽｹｯﾄ・里芋・砂糖 白ごま・菓子	牛乳・鶏もも肉・厚揚げ ちくわ・ちりめん・ﾁｰｽﾞ	人参・大根・ごぼう・しめじ 白ねぎ・小松菜・菜の花 もやし・ｺｰﾝ・ゆかり

☆20日（木）　誕生会特別献立　3時のおやつ　ホットドック　パフェ　フライドポテト　シチュー

※アレルギーについて
・平天、ちくわ、なると、かまぼこ、ウインナー、ハム、ベーコンは卵不使用のものを使用しています。
・アレルギー児のマヨネーズの代替食は卵不使用のノンエッグマヨを使用しています。

節分

2月3日は節分です。節分というと2月3日と思いますが
実は年に4回節分があります。まず節分とは、
季節の節目の事を指し、立春・立夏・立秋・立冬の前日
の事を言います。節分には恵方巻と言う巻きずしを食べます。
その年の縁起の良い「恵方」を向いて巻きずしを丸かぶり
すると願い事がかない、福を招くとされています。
節分ではその他に豆まきをし、年の数より1つ多く豆を食べます。
昔は災害などの悪いことは鬼のせいだとされており、鬼を退治
するために、邪気を追い払うものとされている豆をまくように
なりました。豆まきをする時は「鬼は外、福は内」と言いましょう。

恵方巻の食べ方

①1本丸々かぶりついて、切ったり、食べる途中で休憩したりしない
ように食べましょう。
②願い事が逃げないよう黙って最後まで食べましょう。
③その年の恵方を向いて食べましょう。今年は「西南西」です。