



給食だより



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|--|---|
|  | 1 白身魚の梅マヨ焼き・ポイルブロッコリー・ちくわともやしのとえ物・豆腐の味噌汁・バナナ | 2 チャプチェ風炒め・ワカメの酢の物・ニラ玉スープ・みかん | 3 高野豆腐の中華炒め・レンコンとひじきのマヨサラダ・大根の味噌汁・いちご | 4 カラフル揚げ・ミニトマト・ツナとコーンの酢の物・すまし汁・バナナ | 5 カレーライス・福神漬け・切り干し大根のサラダ・みかん |
| | 【9時】 ①飲むヨーグルト・バタークラッカー ②飲むヨーグルト・黒かりんとう 【3時】 ジャーチャー麺 | 【9時】 ①牛乳・かすてらぼーろ ②牛乳・バタークラッカー 【3時】 牛乳・揚げパン | 【9時】 ①牛乳・醤油せんべい ②牛乳・きなこせんべい 【3時】 鬼ぎり  | 【9時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【3時】 牛乳・リンゴ蒸しパン | 【9時】 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・醤油せんべい 【3時】 飲むヨーグルト・チョコスティックパン |
| 7 ブルコギ丼・たくあん・水菜入りサラダ・リンゴ | 8 鮭のきのこあんかけ・キャベツの塩昆布和え・かぶの味噌汁・みかん | 9 ハンバーグ・ミニトマト・野菜のドレッシング和え・コンソメスープ・バナナ | 10 豚肉の生姜焼き・カニカマ入り酢の物・白菜の味噌汁・いちご | 11 建国記念の日  | 12 中華丼・たくあん・マカロニサラダ・リンゴ |
| 【9時】 ①牛乳・黒かりんとう ②牛乳・ハーベスト 【3時】 フルーツヨーグルト | 【9時】 ①飲むヨーグルト・ミニサラダ ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ 【3時】 牛乳・シリアルおこし | 【9時】 ①牛乳・バタークラッカー ②牛乳・かすてらぼーろ 【3時】 炊き込みご飯 | 【9時】 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・きなこせんべい 【3時】 牛乳・豆腐ドーナツ | | 【9時】 ①牛乳・黒かりんとう ②牛乳・醤油せんべい 【3時】 飲むヨーグルト・シュガーパン |
| 14 納豆汁・カルシウムふりかけ・白雪ひじき・バナナ | 15 ベーコンとじゃが芋の仲良し煮・コールスローサラダ・すまし汁・みかん | 16 ポークケチャップ・マロニーの中華風和え・南瓜の味噌汁・いちご | 17 牛肉とごぼうの炒め煮・トマトサラダ・オニオンスープ・リンゴ | 18 魚のゆかり揚げ・ミニトマト・きゅうりとエビのマリネ・もずくの味噌汁・バナナ | 19 ポトフ・ニラとベーコンの卵とじ・ニラとベーコンの卵とじ・みかん |
| 【9時】 ①牛乳・醤油せんべい ②牛乳・黒かりんとう 【3時】 牛乳・ブラウニー  | 【9時】 ①飲むヨーグルト・かすてらぼーろ ②飲むヨーグルト・ぼたぼた焼き 【3時】 牛乳・きな粉団子 | 【9時】 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・バタークラッカー 【3時】 チヂミ | 【9時】 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・醤油せんべい 【3時】 牛乳・フレンチトースト | 【9時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【3時】 肉うどん | 【9時】 ①牛乳・バタークラッカー ②牛乳・黒かりんとう 【3時】 飲むヨーグルト・ハムチーズパン |
| 21 ハッシュドビーフ・パン・ブロッコリーサラダ・いちご | 22 魚の西京焼き・ポイル野菜・白和え・すまし汁・バナナ | 23 天皇誕生日  | 24 麻婆豆腐・スパゲティサラダ・ワカメスープ・リンゴ | 25 唐揚げ・ポイルブロッコリー・大根の酢の物・厚揚げの味噌汁・みかん | 26 親子丼・たくあん・海菜サラダ・バナナ |
| 【9時】 ①牛乳・かすてらぼーろ ②牛乳・歌舞伎揚げ 【3時】 ナポリタン | 【9時】 ①飲むヨーグルト・ミニサラダ ②飲むヨーグルト・ぼたぼた焼き 【3時】 牛乳・チーズ蒸しパン | | 【9時】 ①牛乳・黒かりんとう ②牛乳・バタークラッカー 【3時】 牛乳・人参スコーン | 【9時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【3時】 リンゴゼリー | 【9時】 ①牛乳・醤油せんべい ②牛乳・かすてらぼーろ 【3時】 飲むヨーグルト・クリームパン |
| 28 鰯活味噌汁・炒めごぼうのツナマヨサラダ・いちご |  |  |  |  |  |
| 【9時】 ①牛乳・バタークラッカー ②牛乳・黒かりんとう 【3時】 牛乳・黒糖ホットケーキ | | | | | |

福を呼び 豆まき

節分の豆まきは、季節の変わり目起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て雑草が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをすることもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。

行事食 2月3日(木) 鬼ぎり




今月の季節の野菜は 水菜です 2月7日(月) 水菜入りサラダ



今月のケーキは 2月14日(月) ブラウニー

