



給食だより



【今月の目標】
食べ物に感謝の
気持ちを持つ

平成30年1月31日
足羽東子ども園

日	曜	献立名	9時30分 (未満児)	3時(全員)	延長保育 (飲み物 お茶)
1	木	ポトフ チーズ納豆 胡瓜と人参のドレッシングかけ 八朔	牛乳 塩せんべい	カルビス ドーナツ	せんべい
2	金	節分会食 巻き寿司 ツナ入りポテトハンバーグ ミニトマト 打ち豆入り味噌汁 セリー	牛乳 ウエハース	ミルク 未満児 節分ポーロ 以上児 福豆 干し芋	クッキー
3	土	ハヤシライス ブロッコリー ミニトマト ヨーグルト	お茶 北の卵のサブレ	お茶 塩せんべい	
5	月	お楽しみ弁当 (赤黄緑の食品もバランスよく入れましょう)	牛乳 ちよぼ焼き	ミルク シリアルクッキー	ソフトせんべい
6	火	パンの日 パン はちみつとマーガリン 白身魚のフライタルソース トマト 春雨スープ	牛乳 c aせんべい	ミルク 乗り物ビスケット	かっぱえびせん
7	水	ふるさとの日 コーン入り茶飯 魚の照焼き ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	牛乳 動物ビスケット	お茶 水ようかん	サブレ
8	木	さくら組希望給食 わかめご飯 鶏の唐揚げ 切干大根と胡瓜のナムル 豚汁 セリー	牛乳 白い風船	ミルク 小魚せんべい	クッキー
9	金	大豆と挽肉のカレーライス 花らっきょ 福神漬け フルーツミックス	牛乳 きなこせんべい	ミルク バニラロアンヌ	源氏パイ
10	土	パン ジャムとマーガリン ボイルウインナー スライス胡瓜 ミニトマト コーンポタージュ	お茶 クッキー	お茶 ぼたぼた焼き	
12	月	建国記念日の振替			
13	火	誕生会 ソースかつ丼 切干大根とほうれん草のお浸し ミニトマト 揚げと白菜の味噌汁 ぼんかん	牛乳 ビスケット	カルビス ピーチケーキ	白い風船
14	水	ハヤシライス コーン入りポテトサラダ りんご	牛乳 ベビーせんべい	ミルク 源氏パイ	黄粉せんべい
15	木	手作りコロッケ スパゲティケチャップ炒め 卵豆腐としめじのすまし汁	牛乳 たまごポーロ	お茶 ヨーグルト	サブレ
16	金	里芋入りおでん 大根葉のお和え 一口セリー	牛乳 塩せんべい	ミルク ベルギーワッフル	ビスケット
17	土	卵どんぶり 胡瓜と人参のドレッシングかけ みかん	お茶 せんべい	お茶 サブレ	
19	月	お楽しみ弁当 (すっきり冷めてから蓋をしましょう)	牛乳 小魚せんべい	ミルク 手作りピザ	クッキー
20	火	鯖の味噌煮 ごんざ コーン入りかき卵スープ	牛乳 プチクッキー	ミルク 揚げせんべい	揚げせんべい
21	水	麺の日カレーうどん ひじき入りキャベツのマリネサラダ みかん	牛乳 Ca あられ	ミルク ビスコ	源氏パイ
22	木	たんぼ組希望給食 ふりかけご飯 ささみチーズフライ ブロッコリーのおかか和え さつま芋の味噌汁 フルーツヨーグルト	牛乳 お子様えびせん	ミルク マリービスケット	卵せんべい
23	金	チキンクリームシチュー いんげんと人参のマヨネーズ添え オレンジ 煮干しの甘露煮	牛乳 サブレ	ミルク 動物クッキー	ハリンコ
24	土	カレーライス 枝豆 ミニトマト ヨーグルト	お茶 ビスコ	お茶 揚げせんべい	
26	月	麻婆豆腐 揚げ餃子 胡瓜のゆかり和え	牛乳 雑穀クッキー	ミルク まがりせんべい	小魚せんべい
27	火	ちゅうりっぷ組希望給食 枝豆とわかめのご飯 赤魚の煮付け ハム入り春雨と胡瓜の酢の物 麩とさつま芋の味噌汁	牛乳 ウエハース	ミルク お米のムース	ビスコ
28	水	豚じゃが 千切と人参の煮付け にゅうめん汁	牛乳 たまごせんべい	お茶 すはま 減塩せんべい	かっぱえびせん

食育活動

2日…節分会食(たんぼ組～ひまわり組は巻き寿司を作ります)

5日…シリアルクッキー作り(うめ組)

7日…味噌づくり ひまわり組が作ります

21日…食育集会 パネルシアター

(バランスよく食べる)



バランスが
大切!



2/20 郷土料理 *ごんざ*

材料(1人)

大根……45g
 里芋……25g
 人参… 7g
 みりん……3g
 醤油 ……3g
 胡麻油……1g
 だし汁…適量

作り方

- ①野菜はそれぞれ拍子切にする
- ②鍋にごま油ををひき、①を炒める
- ③調味料と出し汁を入れ、柔らかく煮る

手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】

北海道・青森・富山・石川
 福井・岐阜・長野・愛知
 静岡・千葉・兵庫・和歌山
 広島・高知・愛知・福岡
 熊本・鹿児島