

# きゅうしよくだより



令和7年2月1日

★予定献立表★ (材料の都合上献立を変更することがあります。)

| 曜日             | 月  | 火   | 水  | 木  | 金  |
|----------------|--|---|--|--|--|
| 日付             | <b>2月2日は節分!</b>  |   |  |  |  |
| 副食             | <p><b>落花生と大豆</b></p> <p>節分の豆まきには大豆を使うのが一般的だが、北海道・東北地方では落花生を使うことが多い。</p> <p>枝豆は成長すると大豆になる。大豆は発芽するともやしになる。また大豆は、豆腐や納豆、みそ、醤油などの様々な食品に加工されている。</p> |   |  |  |  |
| 主食             | <p>※豆まきに使用される乾燥大豆や落花生は誤嚥や窒息の恐れがあることから、消費者庁は硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類は、5歳以下の子どもには与えないように注意を呼びかけています。</p>   |   |  |  |  |
| 10時のおやつ(未満児)   |  |   |  |  |  |
| 3時のおやつ         |  |   |  |  |  |
| 主な使用食品(調味料等除く) |  |   |  |  |  |
| 行事             |  |   |  |  |  |
| 日付             | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 副食             | しおまーぼー<br>ちくわのてんぷら<br>ちゅうかすーぶ<br>せつぶんぼーろ   | さけのちゃんちゃんやき<br>すばげいてさらだ<br>すましじる                      | しちゅー<br>はくさいとつなの<br>さっぱりさらだ<br>ばなな                 | きつしゅ<br>きゃべつのしらすあえ<br>みそしる                                 | みそらーめん<br>ぷりん                              |
| 主食             | ごはん  | ごはん   | ごはん(ふりかけ)  | もちきびごはん  | らーめん                                       |
| 10時のおやつ(未満児)   | 牛乳・せんべい  | 牛乳・うえはーす  | 牛乳・くつきー  | 牛乳・くらっかー   | 牛乳・せんべい                                    |
| 3時のおやつ         | おかし・牛乳   | おかし・牛乳  | せんべい・じゅーす  | くつきー・牛乳  | おかし・牛乳                                     |
| 主な使用食品(調味料等除く) | 木綿豆腐、豚ひき肉、長ネギ、ちくわ、卵、にら、キャベツ、いりごま、ポーク   | 鮭、しいたけ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅうり、ローズハム、舞茸、水菜、豆豉、長ネギ       | 鶏肉、芋、人参、玉ねぎ、コーン、白菜、シーチキン、バナナ                       | ほうれん草、芋、人参、チーズ、ベーコン、長いも、卵、枝豆、キャベツ、混ぜ込みしらす、もやし、油揚げ、長ネギ      | 玉ねぎ、もやし、人参、椎茸、焼き豚、卵、ナルト、マンマ、長ネギ、プリン        |
| 行事             | まめまき   |   |  |  |  |
| 日付             | 10   | 11  | 12   | 13   | 14   |
| 副食             | はんぱーぐ<br>もやしとこまつなの<br>ちゅうかあえ<br>こんそめすーぶ  | <b>建国記念日</b><br>                                      | さかなのふらい<br>きりぼしだいこんと<br>ひじきのさらだ<br>みそしる            | きつねうどん<br>くだものぜりー  | <b>おべんとうのひ</b><br>                         |
| 主食             | ごはん  |   | ごはん  | うどん  |  |
| 10時のおやつ(未満児)   | 牛乳・くつきー  |   | 牛乳・せんべい  | 牛乳・くらっかー   | 牛乳・くつきー                                    |
| 3時のおやつ         | どらやき・おちゃ   |   | くつきー・牛乳  | おかし・牛乳   | せんべい・じゅーす                                  |
| 主な使用食品(調味料等除く) | ハンバーグ、玉ねぎ、ミックスベジタブル、コーン、トマトピューレ、プロッコリー、もやし、小松菜、人参、カニカマ、いりごま、ベーコン、ほうれん草、マカロニ、長ネギ  |   | 白身魚のフライ、卵、玉ねぎ、キャベツ、パセリ粉、切干大根、人参、芽ひじき、シーチキン、ふのり、長ネギ | 油揚げ、ナルト、鶏肉、ほうれん草、人参、玉ねぎ、長ネギ、果物ゼリー                          |  |
| 行事             |  |   |  |  |  |
| 日付             | 17   | 18  | 19   | 20   | 21   |
| 副食             | ころっけ<br>こまつなとにんじんの<br>あえもの<br>みそしる   | さわらのてりやき<br>なっとうさらだ<br>みそしる                           | ちきんかれー<br>こりこりさらだ<br>ぎゅうにゅう                        | きゃべつのごまあえ<br>みそしる  | やきそば<br>ちゅうかすーぶ<br>けーき                     |
| 主食             | ごはん  | ごはん   | ごはん  | かわりどん(とりそぼろ)   | ちゅうかめん                                     |
| 10時のおやつ(未満児)   | 牛乳・くつきー  | 牛乳・うえはーす  | 乳酸菌飲料・くらっかー  | 牛乳・くらっかー   | 牛乳・くつきー                                    |
| 3時のおやつ         | ろーるけーき・牛乳  | おかし・牛乳  | せんべい・じゅーす  | おかし・牛乳   | せんべい・じゅーす                                  |
| 主な使用食品(調味料等除く) | コロッケ、キャベツ、小松菜、人参、もみのり、とりごぼろ、ごぼう、玉ねぎ、長ネギ、ロールケーキ   | さわら、プロッコリー、ほうれん草、人参、きゅうり、ローズハム、いりごま、ひきわり納豆、大根、油揚げ、長ネギ | 鶏肉、人参、玉ねぎ、芋、福神漬、きゅうり、大根、キャベツ、チーズ                   | 鶏ひき肉、卵、キャベツ、人参、ほうれん草、焼ちくわ、白すりごま、芋、とろろ昆布、玉ねぎ、長ネギ            | キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、豚肉、青のり、白菜、にら、長ネギ、ケーキ |
| 行事             |  |   |  |  | おたんじょうかい                                   |
| 日付             | 24   | 25  | 26   | 27   | 28   |
| 副食             | <b>ふりかえきゅうじつ</b><br>   | いわしのしょうがに<br>こなつたとベーコンのさらだ<br>みそしる                    | ぐらたん<br>たまごのさんしよくさらだ<br>こんそめすーぶ                    | さつまあげ<br>わかめさらだ<br>みそしる                                    | なぼりたん<br>こんそめすーぶ<br>くだもの                   |
| 主食             |  | わかめごはん  | ごはん  | ごはん  | すばげいてい                                     |
| 10時のおやつ(未満児)   |  | 牛乳・くらっかー  | 牛乳・くらっかー   | 牛乳・せんべい  | 牛乳・くつきー                                    |
| 3時のおやつ         |  | おかし・牛乳  | おかし・おちゃ  | くつきー・牛乳  | せんべい・牛乳                                    |
| 主な使用食品(調味料等除く) |  | いわしの生煮、キャベツ、小松菜、もやし、ベーコン、いりごま、絹厚揚げ、玉ねぎ、人参、長ネギ         | マカロニ、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン、チーズ、パン粉、卵、人参、きゅうり、シラス、わかめ、えのき   | エビすり身、人参、玉ねぎ、ごぼう、卵、プロッコリー、トマト、きゅうり、海藻サラダ、焼ちくわ、いりごま、なめこ、長ネギ | 人参、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー、トマトピューレ、小松菜、ベーコン、長ネギ、果物  |
| 行事             |  |   |  |  |  |

★特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。

★年齢により、献立が変更になることがあります。

★土曜保育を希望する子は、お弁当持参になります。

★天候不順や価格高騰などの影響により、メニューが変更になることがあります。