



# 2月 給食だよ!

2021年度  
桂ぶどうの木こども園

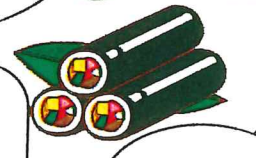
暦の上では立春ですが、一年で一番寒い季節ですね。風邪やインフルエンザに負けないようにバランスの良い食事を心がけましょう♪「手洗い・うがい」も忘れずにこの冬を乗り越えましょう!!



## 恵方巻

今年の方角は北北西です!!

やや北より!



恵方巻はその年の恵方(歳徳神のある方向)を向き黙って食べることによって縁起が良いとされています♪「縁を断ち切らないように」という意味もあり切り分けずに、1本を丸かじりする風習があります。

巻き寿司の意味は、「福を巻き込む」ことから来ています♪  
また縁起の良い七福神に由来して具材が7種類のものが主流です。



## 畑のお肉!!大豆のお話

ドイツでは「畑の肉」、アメリカでは「大地の黄金」と呼ばれるほど栄養成分がたっぷり凝縮されている大豆。大豆には良質な「植物性たんぱく質」が含まれているほか、ビタミンB1を豊富に含んでいて肉にも負けないような栄養がたくさんつまっています♪2月の献立にも大豆製品を使った給食を出しますよ!

大人気! おからケーキ  
材料 10個分  
・おから 150g  
・小麦粉 80g  
・卵 2個  
・砂糖 80g  
・バター 70g  
・ベーキングパウダー10g

作り方  
① バターは溶かし、すべての材料を混ぜ合わせる。  
② カップに入れて160℃のオーブンで14分焼く。  
すごく簡単で、ふわふわで美味しいですよ。



## 2月の予定献立



2021年度  
桂ぶどうの木こども園

日付	曜日	昼食	おやつ
14 28	月	・ミンチのカレーライス ・ブロッコリーナムル	・牛乳 ・ヨーグルト ・お菓子 
1 15	火	・チャーハン ・フルーツカクテル ・コンソメスープ	・牛乳 ・お楽しみパン 
2 16	水	・ご飯 ・ハンバーグ ・スパゲティサラダ ・味噌汁	・牛乳 ・コーンスナック (コーンフレーク、マシュマロ バター)
3	木	・ご飯 ・鯛のみりん焼き ・白菜と厚揚げの煮浸し ・味噌汁	・牛乳 ・抹茶ミルク餅 (片栗粉、抹茶、砂糖、牛乳、きな粉塩)
17	木	お弁当の日 ・牛乳 ・豆腐のガトーショコラ	
4 18	金	・ご飯 ・竹輪のカレーマヨ焼き ・白和え ・すまし汁	・牛乳 ・みかん ・お菓子 
5 19	土	・麻婆丼 ・果物 ・中華スープ	・牛乳 ・お菓子
7 21	月	・ご飯 ・豚じゃが煮 ・牛蒡サラダ ・味噌汁	・牛乳 ・麩のきな粉ラスク (麩、バター、グラニュー糖 きな粉、塩)
8 22	火	・ロールパン ・クリームシチュー ・キャベツとみかんのサラダ	・牛乳 ・おにぎり (精白米、胚芽米、ふりかけ)
9 お誕生日 参観の日	水	・ご飯 ・鶏肉の唐揚げ ・南瓜のココロサラダ ・味噌汁 ・バナナ	・牛乳 ・おからケーキ (小麦粉、B.P、卵、砂糖、バター、おから)
10 24	木	・ご飯 ・鯖の幽庵焼き ・春雨の酢の物 ・けんちん汁	・牛乳 ・南瓜もち (南瓜、米粉、砂糖、油、きな粉)
25	金	・スタミナ寿司 ・焼き南瓜 ・チーズ ・味噌汁	・牛乳 ・りんご ・お菓子 
12 26	土	・あんかけうどん ・果物 ・焼きじゃが	・牛乳 ・お菓子 

※材料の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。  
※何か気になることがございましたら調理室又は保育士までお声かけ下さい。

