

2016年度 2月 給食だより 桂ぶどうの木こども園

13, 27 (月)	14, 28 (火)	1, 15 (水)	2, 16 (木)	3, 17 (金)	4, 18 (土)
<p>ごはん 米</p> <p>じゃが芋の 洋風煮込み じゃが芋、ベーコン 玉葱、人参、じゃばら コンソメ</p> <p>きゅうりとわかめの 酢の物 きゅうり、わかめ、 人参、酢、醤油、砂糖</p> <p>ほうれん草の 味噌汁 ほうれん草、玉葱、人参、 味噌</p> <p>牛乳 お好み焼きパン (食パン、お好みソース、 天かす、かつおぶし、 青のり、マヨネーズ)</p>	<p>ごはん 米</p> <p>おでん 鶏肉、大根、人参 こんにやく、ごぼう、 じゃが芋、醤油 砂糖</p> <p>青菜の納豆和え 小松菜、じゃばら 人参、納豆、のり 醤油</p> <p>すまし汁 人参、ミツ葉、醤油</p> <p>牛乳 ココアプリン、煮干し アジ、ミンチ、豆乳、寒天 (牛乳、ココア)</p> <p>ほうじ茶ゼリー、煮干し (ほうじ茶、砂糖、寒天)</p>	<p>①カレーライス 米、牛肉、じゃが芋 玉葱、人参、カレー粉 牛乳、ソース、油</p> <p>野菜サラダ じゃばら、きゅうり、人参 パプリカ、ブロッコリー コーン、酢、醤油 砂糖、コンソメ</p> <p>15日お誕生日会</p> <p>福豆ごはん 米、福豆、醤油、塩 梅</p> <p>めざし めざし、人参、玉葱、 小松菜、油揚げ、醤油 わかめの味噌汁 わかめ、玉葱、人参、味噌</p> <p>牛乳 ゼリー (果糖、砂糖、寒天) お菓子 おからケーキ (小麦粉、おから、砂糖、卵、 バター、マーガリン、バナナ)</p>	<p>ごはん 米</p> <p>ちくわの 磯辺揚げ ちくわ、片栗粉 青のり、油</p> <p>春雨サラダ 春雨、じゃばら 人参、干椎茸、きゅうり 醤油、酢、砂糖</p> <p>南瓜の味噌汁 南瓜、玉葱、人参 小松菜、味噌</p> <p>牛乳 おにぎり (米、わかめ) (米、塩、のり)</p>	<p>ごはん 米</p> <p>いわしの蒲焼き いわし、生姜、小麦粉 醤油、みりん、砂糖 酒</p> <p>ブロッコリーの 白和え 木綿豆腐、ブロッコリー 人参、しめじ、こんにやく 白味噌、醤油</p> <p>すまし汁 しろ菜、人参、醤油</p> <p>牛乳 流し団子 (米粉、牡丹、片栗粉) 三温糖</p> <p>じゃが芋のチーズ焼き (じゃが芋、チーズ)</p>	<p>そばろどんぶり 米、鶏ミンチ、生姜 醤油、砂糖</p> <p>さつま汁 さつま芋、白菜 大根、人参、味噌</p> <p>牛乳 お菓子</p>
6, 20 (月)	7, 21 (火)	8, 22 (水)	23 (木)	10, 24 (金)	25 (土)
<p>ごはん 米</p> <p>魚春の西京焼き 魚春、西京味噌</p> <p>もやしのおひたし もやし、じゃばら 人参、かつおぶし 醤油</p> <p>すまし汁 人参、小芋 ほうれん草、醤油</p> <p>牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)</p> <p>ホットケーキ (ホットケーキミックス、卵、 牛乳、マーガリン)</p>	<p>たきこみごはん 米、人参、えのき しめじ、くり、醤油 酒、塩</p> <p>高野豆腐の煮物 高野豆腐、人参 小松菜、醤油 砂糖</p> <p>とり五目汁 鶏肉、白菜、大根 人参、ごぼう、醤油</p> <p>牛乳 スティックやさい (きゅうり、さつま芋) 味噌、砂糖、酒</p>	<p>ごはん 米</p> <p>ポークビーンズ 豚肉、大豆、人参 じゃが芋、玉葱 ホールトマト、ケチャップ コンソメ、ソース</p> <p>白菜のゆかりあえ 白菜、人参、ゆかり</p> <p>丸大根の 味噌汁 丸大根、なめこ 人参、大根の葉 味噌</p> <p>牛乳 バナナ おしやぶり昆布</p>	<p>ごはん 米</p> <p>厚揚げステーキ 厚揚げ、片栗粉 醤油、砂糖</p> <p>ツナとじゃが芋の 煮物 ツナ、じゃが芋、玉葱、人参 小松菜、醤油、砂糖</p> <p>じゃばらの味噌汁 じゃばら、玉葱、人参、 味噌</p> <p>9日お弁当の日</p> <p>牛乳 アマリカンドック (ウィンナー、ホットケーキミックス、 卵、牛乳、油)</p> <p>クラッカー チーズ</p>	<p>スタミナ寿司 米、牛肉、ごぼう 人参、大葉、醤油 砂糖、酢</p> <p>焼きかぼちゃ かぼちゃ</p> <p>豆腐の味噌汁 豆腐、ほうれん草 玉葱、人参、味噌</p> <p>牛乳 お楽しみパン (小麦粉、卵、乳、砂糖) マーガリン</p> <p>ヨーグルト お菓子</p>	<p>チャーハン 米、卵、ハム ねぎ、人参、玉葱 中華だし</p> <p>レタスのすまし汁 レタス、人参、 醤油</p> <p>牛乳 お菓子</p>

暦の上では立春、もう春ですが  
ときどき雪がちらつき、  
空気も冷たく、まだまだ  
寒いですね。  
こんな季節は、温かい食べ物で  
食卓を囲むと、心も体も  
ホカホカになることでしょうね。

根菜がおいしい季節



大根  
おなかの調子を  
よくなるため  
伊豆温めて  
くれるよ



里芋  
里芋のぬめりは  
おなかの調子を  
よくなる働きがあるよ



ごぼう  
食物繊維が  
おなかをそうじ  
してくれるよ

子どもたちに人気でした!!

いろいろ

〔材料〕 約5人分  
小麦粉 …… 100g  
くず粉 …… 20g  
水 …… 335cc  
砂糖 …… 70g  
(抹茶 …… 2g)  
※抹茶を入れても  
おいしいです

〔作り方〕

- くず粉に水を加え  
溶いたら、小麦粉、砂糖  
(抹茶)を入れよく混ぜる。  
(タマが残りたらず)
- バット又は型に流す。
- 蒸気のアがっている蒸し器に  
入れ、ふんをきげ20分程  
蒸す。→熱いうちはペタペタ封
- 冷ましてから切り分ける。