

# 2月献立



月		水	木	金	土
		1 (ヨーグルト) ごはん 肉団子甘辛煮 ごもくきんぴら みそ汁 スイートポテト・牛乳	2 (バナナ) ごはん おでん はるさめの酢の物 すまし汁 さくさくクッキー・牛乳	3 (おかし) ごはん 白身魚フライ ごもく煮豆 みそ汁 スバゲティミートソース・牛乳	4 (おかし) ごはん やきにく ナムル スープ ヨーグルト・せんべい
6 (おかし) けんちんうどん 鶏肉てりやき アメリカンドック・牛乳	7 (おかし) ごはん マーボー豆腐 きゅうりのサラダ すまし汁 バナナケーキ・牛乳	8 (ヨーグルト) ごはん 鮭みそやき 切干大根炒り煮 豚汁 ピザトースト・牛乳	9 (バナナ) ごはん ヒレカツ キャベツのごまじゃこあえ みそ汁 ごもくおにぎり・牛乳	10 (おかし) ごはん 豆腐入りまつかぜやき ほうれん草の納豆あえ みそ汁 いなりずし・牛乳	11 建国記念日
13 (おかし) ごはん カレー だいこんサラダ ジャムサンド・牛乳	14 (おかし) ごはん すきやき風煮 キャベツとさきみのサラダ みそ汁 おしるこ	15 (ヨーグルト) ごはん ぶり大根 わかめの酢の物 みそ汁 かぼちゃボール・牛乳	16 (バナナ) ごはん かにたま ほうれん草じゃこあえ すまし汁 あげパン・牛乳	17 (おかし) ごはん 和風ハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 そばめし・牛乳	18 (おかし) ごはん おやこ煮 わかめのサラダ みそ汁 ゼリー・せんべい
20 (ヨーグルト) パン クリームシチュー ツナサラダ にゅうめん・牛乳	21 (おかし) ごはん 鶏肉たつたあげ さつまいものサラダ みそ汁 カスタードサンド・牛乳	22 (おかし) きのこのミートスバゲティ ポテトサラダ スープ さげおにぎり・牛乳	23 (バナナ) ごはん みそやきにく ひじき煮豆 すまし汁 ピーナッツサンド・牛乳	24 (おかし) しらすごはん 蒸し鶏のねぎソース 春雨の中華サラダ きのこ青菜のスープ ケーキ・牛乳	25 (おかし) ごはん 肉じゃが はるさめサラダ みそ汁 ヨーグルト・せんべい
27 (おかし) ごはん かじきからあげ ごぼうの味噌炒め みそ汁 ピラフ・牛乳	28 (おかし) ごはん ウルトラマンカレー ブロッコリーサラダ マカロニきなこ・牛乳	29 (ヨーグルト) ふりかけごはん ポークビーンズ そうめんサラダ すまし汁 たこやき風・牛乳	<b>2012年 屏風ヶ浦保育園</b>		

☆毎日デザートにフルーツが付きます。  
 ☆都合により変更することもありますのでご了承下さい。  
 ☆午前おやつは乳児のみです。  
 ☆24日はお誕生日会です。



## 今月の食材 ブロccoli

ブロッコリーは冬の彩には欠かせない、存在感のある野菜です。  
 旬のブロッコリーは茎も太くて美味しいので、周りのかたいところを切り取り、中のやわらかい部分をたべやすい大きさに切り、茹でて無駄なく使いきっています。  
 給食にも人気で、特にブロッコリーサラダは人気メニューの1つです。  
 ブロッコリーは18から20℃の涼やかな気候が生育に適します。11月から3月ごろが最もおいしい旬といわれていて、カリフラワーも同様です。