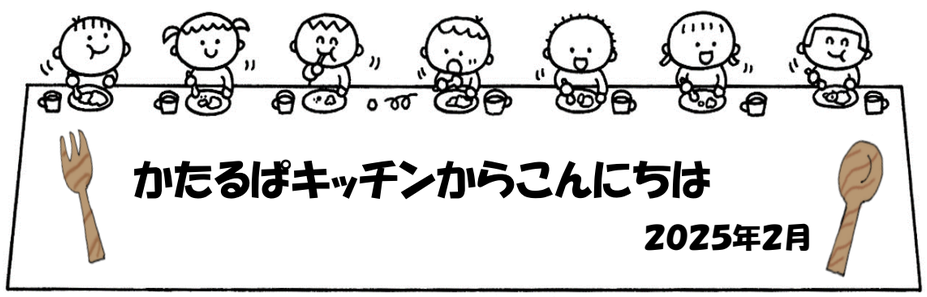

一年の中で一番寒いと言われているのが２月ですが、昼間は春のように暖かい日もあり、過ごしやすい日が増えてきました。暖かい日が増えたことで嬉しくもあり、この時期に積もる雪が暖かくなった時期に雪解け水となって、作物に美味しさをもたらすことを考えると、少し考えさせられるものがあるなと感じます。スーパーに並ぶ野菜の価格は高騰し、旬の食材の“旬”は少しずつ早まり、“地球温暖化”の影響をとても実感するようになりました。私たちは年間目標にSDGsを掲げています。食材を無駄なく使い、献立に頭を悩ませることもありますが、妥協はせず美味しい給食を作っていきます。けやきさんにとって残り２か月のかたるぱの給食が大きくなった時に、「美味しかった」、「楽しかった」の思い出で溢れていますように。

「今月の絵本」

絵本メニュー 「カレードリア」

けやきさんからのリクエストです。
世界一まじめなシェフ、イタメーニョさんの世界に一つだけの特別なレストランには、こだわりのメニューがたくさん。
毎回、お客様からの注文を受けてから、食材調達に行き、新鮮な材料でお料理を作ります。なにしろまじめに。
美味しいお料理に大満足のワーニャさんは
「ああ、おいしすぎて　きぜつしそう・・・・」と。
これはもう最高の誉め言葉です❣食べる人みんなを幸せな気持ちにする素敵なレストラン。

いわし　さば　さわら
鰯　鯖　鰆

せんでつないでみよう！

2025年の節分は2日です！
園では豆まき会を行う
3日が節分メニューになります！
お楽しみに～！

おでん図鑑

おでんもどうやら地域柄がでる料理のようです。味の決め手となる出汁の種類やとり方、醤油の濃さや甘さ、具材にも特徴があります。

京都
昆布だしに淡口醤油で淡い色合いのおだし。豆腐や湯葉、ひろうすというがんもときが入る。

北海道
昆布だしで海と山の幸が入った贅沢なおでん。マフラーという具材はさつま揚げのこと。味噌だれをかけて食べる地域も。

石川
昆布、鰹節、煮干からとった優しいおだし。大野醤油を使用し、上品な風味に。
赤巻、車麩、ふかしという、はんぺんに似た練り物がある。

宮崎
合わせだしに豚軟骨を透き通るほど煮込んだ“ナンコツ”がコクを出している。おやしという長めの大豆もやしが入っている。

静岡
牛すじで出汁をとり、濃口醤油で味付けをした黒いおだし。具材は串に刺さっており、青のり、だし粉をかけて食べる。

東京
濃口醤油で鰹節をきかせた昔ながらのおでん。ちくわぶやはんぺんが入る。

来月の食材♪３月の献立では、えび・かに・牛肉・卵・たらこ・はちみつ・桜・スナップエンドウ・アスパラガス等を提供する予定です。

こたえ：左からさわら、いわし、さば

2024年度　2月献立表

芦花の丘 かたるぱ保育園

日 曜日	お昼	おやつ	材料 熱や力になる	血や骨になる	体の調子を整える	point
1 15 (土)	ごはん 鶏じゃが のり塩大根 ほうれん草の味噌汁 果物	ほうじ茶クッキー 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 ごま　ごま油 小麦粉　豆乳マーガリン	鶏肉 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ　人参 切干大根 昆布　青のり ほうれん草　長ねぎ ほうじ茶葉	魚介類
3 (月)	福豆炊き込みごはん 金棒つくね きゅうりとわかめのおかか梅和え 雷汁 果物	鰯とチーズのパリパリ揚げ 豆乳	米 砂糖 片栗粉 ごま油　小麦粉 ぎょうざの皮　油	大豆　油揚げ 鶏肉　味噌 豆腐　かつお節 鰯 チーズ　豆乳	人参　ひじき 玉ねぎ　大根　長ねぎ こんにゃく　焼きのり きゅうり　わかめ 梅干し	きのこ類
17 (月)	ごはん 鯖のごまマヨ焼き きゅうりとわかめのおかか梅和え 味噌けんちん 果物	青のりビーンズ 牛乳	米 ごま　ごま油　砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米 米粉　油	鯖 かつお節 鶏肉 豆腐　油揚げ　味噌 大豆　牛乳	きゅうり　わかめ 梅干し 大根　人参　ごぼう 長ねぎ 青のり	緑黄色野菜
4 18 (火)	パン ピザバーグ ポリポリサラダ おこげスープ 果物	じゃこねぎむすび 麦茶	パン 砂糖 ごま ごま油　おこげ 米	牛肉　豚肉 おから　チーズ ツナ 豆腐 しらす	玉ねぎ　ピーマン コーン　切干大根 きゅうり　昆布　キャベツ 人参　えのき　きくらげ 万能ねぎ	いも類
5 19 (水)	ごはん ヒレカツ キャベツのじゃこえび和え 菜の花の味噌汁 果物	カスタードマフィン 豆乳	米 小麦粉　パン粉 油　ごま　ごま油 砂糖　さつまいも コーンスターチ　バター	豚肉　味噌 豆腐 干しエビ　しらす 牛乳　豆乳 卵	キャベツ きゅうり 菜の花 長ねぎ しめじ	海藻類
6 20 (木)	ごはん 麻婆大根 ごま春雨 花麩とかまぼこのすまし汁 果物	焼きいも 牛乳	米 ごま油　砂糖　片栗粉 春雨　ごま ノンエッグマヨネーズ さつまいも	豚肉 味噌 鶏肉 焼き麩　かまぼこ 牛乳	大根　長ねぎ にんにく　しょうが わかめ えのき 玉ねぎ	豆・豆製品
7 21 (金)	海鮮あんかけ焼きそば じゃがいもごま昆布 豆腐スープ 果物	📖カレードリア 麦茶	中華麺 ごま油　片栗粉 じゃがいも　ごま油 米　バター 小麦粉	豚肉　なると えび　いか　たこ 豆腐 豚肉 牛乳　チーズ	白菜　もやし　長ねぎ 玉ねぎ　人参 きくらげ　しょうが にんにく　昆布　ニラ コーン　パセリ　トマト	きのこ類
8 22 (土)	ごはん 鶏肉と玉ねぎのうま煮 茹でブロッコリー かぶとお揚げの味噌汁 果物	ウィークエンドシトロン 牛乳	米 片栗粉 小麦粉 砂糖　バター マーマレードジャム	鶏肉 油揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー かぶ　かぶの葉 長ねぎ レモン果汁	魚介類
10 (月)	パン 塩レモンチキン もち麦サラダ 人参ポタージュ 果物	のりツナおにぎり 麦茶	パン　砂糖　ごま油 片栗粉　バター オリーブ油　生クリーム さつまいも　もち麦 はちみつ　米	鶏肉 牛乳 ベーコン チーズ ツナ	レモン果汁 人参　長ねぎ カリフラワー ブロッコリー 青のり	卵
25 (火)	パン 照り焼きチキン ほうれん草ツナサラダ コーンチャウダー 果物	わかめおにぎり 麦茶	パン ノンエッグマヨネーズ 砂糖　じゃがいも バター　米粉 米	鶏肉 ツナ 牛乳 味噌	ほうれん草 人参 コーン　玉ねぎ しめじ わかめ	豆・豆製品
26 (水)	ごはん 鰆の味噌照り焼き 五目煮 もずくと梅のすまし汁 果物	トマト蒸しパン 牛乳	米 砂糖 じゃがいも ごま油 小麦粉	鰆 味噌　豆腐 ちくわ ウインナー チーズ　牛乳	もずく 万能ねぎ 梅干し ひじき　人参 トマト　コーン	緑黄色野菜
27 (木)	ごはん あおさボール パリポリ大根 打ち豆汁 果物	アップルポテト 豆乳	米 小麦粉　米粉　油 ごま　ごま油　砂糖 里芋　さつまいも バター　メープルシロップ	鶏肉 大豆 高野豆腐 さつま揚げ　味噌 豆乳	しょうが　にんにく 青のり　大根　大根葉 昆布　梅干し 白菜　長ねぎ りんご	きのこ類
28 (金)	まめまめカレー マカロニサラダ レモンスープ 果物	いちごココアどら焼き 牛乳	米　油　はちみつ 米粉　マカロニ ノンエッグマヨネーズ 砂糖 小麦粉　生クリーム	豆腐　大豆 ハム 鶏肉 豆乳 牛乳	にんにく　しょうが 人参　玉ねぎ　トマト きゅうり　コーン　長ねぎ キャベツ　えのき　レモン果汁 ココア　いちご	海藻類

☆行事や食材の都合により献立を変更する場合があります
☆今月使用する食材に、鰯、えび、いか、たこ、卵、メープルシロップ等があります。
☆今月の果物は、りんご、バナナ、柑橘類、いちごを予定しています。
☆くるみ・とち組は午前補食に　牛乳とクラッカー・ビスケット・せんべい等を食べます。（くり組も離乳食の段階によっては午前補食があります。）
☆📖マークは『絵本メニュー』です。
☆ご質問等ありましたらお声掛けください。

栄養摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質
1-2歳児	507kcal	19.2g	15.7g
3-5歳児	568kcal	21.1g	16.1g