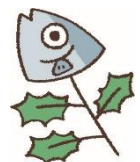




# 給食だより



令和5年度  
都呂々保育園



## 今月の目標



### 「日本食の良さを見直そう！」

日本食や食文化を通して、欠かせない食べ物の一つに「大豆」があります。豆腐・納豆・味噌・醤油など、毎日のように使う食材も大豆からできています。節分にまく豆も「大豆」ですね！今月の共通メニューの「豆マメ味噌汁」にも、大豆製品がたくさん入っています。広報いほく1月号にレシピを掲載しているので、ぜひご覧ください。



## ☆☆☆ リクエストメニュー ☆☆☆

2月、3月に、年長さんのリクエストメニューを取り入れています。色画用紙に、自分の文字で、給食とおやつのリクエストメニューを書いて持って来てくれました。頑張って書いてくれたんだなあと伝わりました。思い出のメニューを、心を込めて作りたいと思います。(リクエストメニューは緑色で表示しています。)

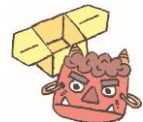


### ～お知らせ～

・2/2 (金) 豆まき会

鬼面寿司等を作ります。

3歳以上児のご飯は、いりません。



・2/27 (火) お誕生会

サラダ寿司等を作ります。

3歳以上児のご飯は、いりません。



\*○印は、3歳以上児の箸はいりません。

## 旬の食材：ブロッコリー

ぞう組さんが、苗から育てたブロッコリーを給食室に届けてくれ、1月の給食でいただきました。初採れは、茹でて少しのマヨネーズをつけると、真っ先に食べてくれたとのことでした。自分で育てて収穫したブロッコリーは格別ようです！他にも、チーズ焼きやシチュー・サラダに加えていただきました。

日	曜	副 食	朝の間食	間 食	日	曜	副 食	朝の間食	間 食
1	木	チャンポン、柑橘類 切干大根のツナサラダ	粉ふき芋	シフォンケーキ	16	金	カレー、苺北サラダ ナゲット	芋かりんとう	フルーツヨーグルト
2	金	鬼面寿司(チキンバー、いちご) かきたま汁	たべっ子どうぶつ	カルピスゼリー	17	土	焼きうどん、柑橘類 ジャーマンポテト	ビスケット	ホットケーキ
3	土	中華丼、柑橘類 ブロッコリーサラダ	クラッカー	メロンパン	19	月	豆マメ味噌汁、柑橘類 レパールの生姜煮	こつぶっこ	クラッカーサンド
5	月	けんちん汁、レタスサラダ ふりかけ、柑橘類	ピスコ	ロールケーキ	20	火	揚げだし豆腐 ひじきのマリネ、りんご	チーズトースト	牛乳かん
6	火	コロッケ、ブロッコリー 人参ソテー、コンソープ	えびせん	コロコロラスク	21	水	鶏チリ、春雨サラダ 柑橘類	マカロニあべ川	サモサ
7	水	魚のタルタル焼き 白菜のゆかり和え、りんご	菓のココアスナック	チヂミ	22	木	グラタン、りんご ポークビーンズ	みかん缶	かみかみココアクッキー
8	木	うま煮、柑橘類 納豆サラダ	アスパラガスビスケット	マフィン	23	金	天皇誕生日		
9	金	ハヤシライス れんこんの金平、いりこの佃煮	人参スティック	ピザトースト	24	土	チキンライス、柑橘類 コンソメスープ	クッキー	チョコパイ
10	土	混ぜご飯、柑橘類 白菜と豚肉のスープ	せんべい	チーズ蒸しケーキ	26	月	カレーうどん、いりこチーズ 小松菜のツナ和え	りんごきんとん	せんべい、バナナ
11	日	建国記念の日			27	火	サラダ寿司、チキンピカタ マカロニサラダ、ワカメスープ、柑橘類	コーンフレーク	豆腐チュロス
12	月	振替休日			28	水	春巻き、五色和え りんご	じゃがバター	蒸しパン
13	火	ミートソーススパゲティ ささみのごまドレサラダ、柑橘類	白い風船	チョコパン	29	木	マーボー豆腐 ポテトサラダ、柑橘類	ホットケーキ	うどんかりんとう
14	水	チキンチキンごぼう 大根の和風サラダ、りんご	ハーベスト	ブラウニー	<p>・今月の共通献立は、 19日(月)「豆マメ味噌汁」です。</p>				
15	木	高野豆腐の卵とじ スパサラ、柑橘類	カルシウムトースト	ポテトチップス					