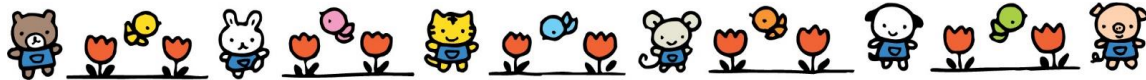


# 2月の献立



令和7年度武豊町立保育園

日	曜日	献立	赤く血や肉になるもの	緑くからだの調子を整えるもの	黄く力や体温となるもの	10時おやつ (月～金のみ)
			魚類・肉類・豆類 乳類・卵類	野菜類・藻類 くだもの類	穀類・油脂類 砂糖類・いも類	15時のおやつ 延長のおやつ
2	月	ごはん みそ煮込みおでん 胡瓜とわかめのごま酢あえ	けずり節,ちくわ,はんぺん 油揚げ,鶏肉	だし昆布,大根,人参 胡瓜,もやし,カットわかめ	精白米 さといも つきこんにゃく 三温糖,白ごま	ミルクスティック ムーンライト 牛乳 あんぱんまんあげせんべい
3	火	ソースかつ丼 吸い物 ヤクルト	豚ヒレ肉 けずり節,豆腐 ヤクルト65	キャベツ カットわかめ,人参,えのきだけ	小麦粉,マヨネーズ,パン粉 揚げ油,三温糖,精白米	青鬼のきなこポーロ ちょこっとロールミルク ポテトチップス まあるいクラッカー
4	水	米粉パン 鮭のクリームシチュー ドレッシングサラダ	鮭,牛乳	玉葱,人参,しめじ キャベツ,胡瓜 もやし,コーン缶	米粉パン,小麦粉,マカロニ, じゃがいも,バター マヨネーズ サラダ油,三温糖	菓子 ☆甘納豆入り蒸しカステラ ほしたべよ
5	木	ごはん どさんこ汁 菜の花のお浸し	けずり節,豚肉,豆腐	カットわかめ,人参,玉葱 ほうれん草,菜の花,白菜	精白米 じゃがいも,バター 三温糖	アンパンマンソフトせんべい (乳)豆乳クッキー/(幼)きらすあげしお サッポロポテト
6	金	中華飯 春雨サラダ オレンジ	豚肉,むきえび	玉葱,ピーマン,人参 干ししいたけ カットわかめ,胡瓜 オレンジ,たけのこ,もやし	精白米,サラダ油,片栗粉 はるさめ,ごま油,三温糖	おからスナックかぼちゃ味 おにぎりせんべい/クッピーラムネ ルファンプライムチーズサンド きな粉ウエハース
7	土	おにぎり (さけ・こんにゃく) ソーセージ ヨーグルト	ソーセージ,ヨーグルト		おにぎり (さけ) おにぎり (こんにゃく)	こつぷっこ コーンスナックソース味
9	月	〇ゆかりごはん いわしのつみれ汁 和風サラダ	いわし,すりみ けずり節	カットわかめ,胡瓜,人参 れんこん,葱,しょうが,大根,玉葱 キャベツ,ポッカレモン	精白米 片栗粉 サラダ油,三温糖	おとうふ屋さんのビスケット マリー/牛乳 まがりせんべい
10	火	肉みそひやむぎ 白菜のお浸し コア	豚肉 コア	玉葱,人参,葱,胡瓜,コーン缶 にんにく,しょうが 白菜,ほうれん草	ひやむぎ,サラダ油,ごま油 片栗粉,三温糖 白ごま,	はなはなせんべい ミニミレービスケット かっぱえびせん
12	木	ごはん 油淋鶏 キャベツ 中華スープ	鶏肉 豆腐	葱,しょうが キャベツ カットわかめ,人参	精白米 揚げ油,三温糖 ごま油 片栗粉	白い風船ミルククリーム アンパンマンキャラメルコーン しるこサンド ほしのおせんべい
13	金	チキンと大豆のカレー 人参サラダ どうぶつえんゼリー	蒸し大豆,鶏肉 ツナ油煮	玉葱,人参,しめじ あんぱんまん完熟りんご コーン缶,胡瓜,ポッカレモン	サラダ油,精白米 三温糖	ふわふわチップス人参味 ☆ココアボール/牛乳 ハーベストセサミ
14	土	ランチパック (いちご・ハム) ソーセージ ヨーグルト/牛乳	ソーセージ ヨーグルト,牛乳		ランチパック (いちご) ランチパック (ハム)	アンパンマンふんわりコーン コンソメコーン
16	月	〇ひじきごはん きのこ汁 胡瓜とパイナップルの酢の物	けずり節,鶏挽肉 錦糸卵 けずり節	ほしひじき,人参 パイナップル,胡瓜,えのきだけ しめじ,葱,干ししいたけ カットわかめ,キャベツ	サラダ油,精白米 花ふ 三温糖,片栗粉	干しいも ロアヌ ふんわりしお味 チョイス/揚げ小丸
17	火	スナックスティック ソフト麺のミートソースかけ ドレッシングサラダ	豚肉	玉葱,にんにく,トマト缶 トマトピューレー,しめじ もやし,胡瓜,人参,キャベツ	スナックスティック 小麦粉,サラダ油 ソフト麺,バター 三温糖,ごま油	紫芋せんべい ☆開口呆 牛乳 ポテコ
18	水	米粉パン 野菜のポトフ ツナコーンサラダ	ベーコン ツナ油煮	キャベツ,玉葱 コーン缶,人参,胡瓜	米粉パン じゃがいも,三温糖	鉄塩せん アンパンマンぶくっとコーン さやえんどう塩味
19	木	わかめごはん かき卵汁 和風ポテトサラダ	けずり節,豆腐,卵 ちくわ	だし昆布,えのきだけ,葱 玉葱,胡瓜,人参	精白米 片栗粉 じゃがいも,マヨネーズ	カリボテスナック ぱりんこ/フルーツラムネ ふわっとえび味/牛乳かりんとう
20	金	ごはん いりどり 酢みそあえ	高野豆腐 鶏肉,けずり節 ちくわ	ごぼう,れんこん,たけのこ だし昆布,干ししいたけ,人参 カットわかめ,人参,胡瓜,もやし	精白米 さといも,サラダ油,こんにゃく 三温糖	菓子 たべっこどうぶつ 豆乳クッキー/畑のスナック
21	土	おにぎり (さけ・かつお) ソーセージ ヨーグルト	ソーセージ ヨーグルト		おにぎり (さけ) おにぎり (かつお)	玄米ほんせん醤油味 まあるいクラッカーミニ
24	火	長崎ちゃんぽんそば 中華サラダ どうぶつえんゼリー	豚肉,ちくわ,むきえび	ピーマン,玉葱 もやし,人参,胡瓜 干ししいたけ,白菜	中華めん,サラダ油 三温糖,ごま油,白ごま	さくさくぼーろかぼちゃ ☆〇カルピスヨーグルト カリボテスナック/ミレービスケット
25	水	ツナほろろ丼 吸い物 おかか和え	ツナ油煮 けずり節,豆腐 かつお節	コーン缶,しょうが カットわかめ,しめじ,人参 胡瓜,もやし,キャベツ	サラダ油,白いりごま,精白米 三温糖	カルシウムウエハース 多賀せんべい/クッピーラムネ ハッピーターン/きなこもち
26	木	ごはん 魚の酢豚風 バナナ	かじき	バナナ,干ししいたけ 玉葱,人参,たけのこ ピーマン,しょうが	精白米 片栗粉,揚げ油,三温糖	動物ビスケット パン/牛乳 ハーベストバター
27	金	カレーピラフ 豆乳のクリームスープ マカロニサラダ	鶏肉 豆乳	玉葱,ピーマン 白菜,人参,しめじ キャベツ,胡瓜 みかん缶	バター,精白米 片栗粉 マカロニ,マヨネーズ	小丸純せんべい 源氏パイ ビスコ 味しらべ
28	土	ランチパック (いちご・ツナ) ソーセージ ヨーグルト/牛乳	ソーセージ ヨーグルト,牛乳		ランチパック (いちご) ランチパック (ツナ)	ベジタべる ミレービスケット

\* 物価高騰に伴い材料が値上がりしていますが、現在値上がり分は武豊町で支援しています

\* 材料の入荷により献立を変更することがあります

\* ☆…手作りおやつ/〇…サンプル展示/…年長のみ/(乳)…乳児/(幼)…幼児

\* 1月6日(火)に使用した食材の産地 (献立: 吸い物)

食材	しめじ	大根	人参
産地	長野	愛知	愛知

# 食育だより



令和7年度武豊町立保育園 No. 11



福を呼ぶ豆まき



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むために行います。

そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。

地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。

## 味噌は万能調味料

2月は味噌を仕込むのに適した季節です。秋に収穫した大豆を乾燥させて保存し、寒い時期に柔らかく煮て麴と混ぜて味噌を仕込みます。味噌は仕込む大豆や麴の種類、季節の温度など、さまざまな要素で味が違ってできます。麴は主に「米麴」「麦麴」「豆麴」と3種類あり、地方によってこの麴を使い分け、味噌を仕込みます。昔から味噌は調味料でありながら、貴重なたんぱく源でした。家庭の味噌汁は、朝ごはんに、とても適したものであるのです。



## 2月のメニュー

### ☆ 開口笑 ☆



≪ 材料 4人分 ≫

・小麦粉	100g	・卵	1/2個
・ベーキングパウダー	小さじ1/2	・牛乳	大さじ1・1/3
・ラード	9.6g	・白いりごま	大さじ1・1/2
・上白糖	大さじ3	・揚げ油	適量
・塩	少々		

≪ 作り方 ≫

- ① 小麦粉とベーキングパウダーを合わせて2度ふるいにかける
- ② ラードをやわらかくなるまで混ぜ、上白糖、塩を混ぜる
- ③ ラードがふんわりしたら、ほぐした卵と牛乳をすこしずつ混ぜる
- ④ さらに①とごまを入れさっくり混ぜ、ひとまとめにする
- ⑤ ④を丸め、160℃で揚げる

2/17(火)

3時のおやつメニューです。  
中国発祥の縁起の良い揚げ菓子で揚げたときに口を開けて笑っているようにみえることから名付けられました！

