


2月分保育所給食予定献立表							香芝市教育委員会
日付	献立名	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	おやつ	10時おやつ (未満児)	エネルギー (kcal)
2日 (月)	親子どんぶり, 小松菜の煮ひたし, オレンジ	鶏肉,油揚げ,卵,煮込みちくわ	米,さとう	玉ねぎ,にんじん,みつば, 小松菜,オレンジ	牛乳, フレンチトースト	バナナ	590 560
3日 (火)	長ロール, ミートスパゲッティ, カリフラワーサラダ, ミックスフルーツ	牛ひき肉,豚ひき肉,粉チーズ, ロースハム	長ロール,スパゲッティ, 米油,オリーブ油,マヨネーズ, さとう	玉ねぎ,にんじん,ピーマン, カリフラワー,キャベツ, きゅうり	牛乳, 米粉のボルボローネ	牛乳, ポテトとほうれん草のおせんべい	724 692
4日 (水)	ご飯, チキンカツ, 野菜の磯あえ, 冬野菜のみそ汁	鶏もも,味付きもみのり, 油揚げ,煮干し,みそ	米,小麦粉,パン粉,米油, みりん,さとう	パセリ,キャベツ,ほうれん草, にんじん,白菜,大根	牛乳, カステラ	牛乳, アンパンマンのふんわりコーン	628 559
5日 (木)	ご飯, 牛肉と大根の煮込み, ごまず和え, いちごゼリー	牛肉,平てん,厚揚げ,ちくわ	米,じゃがいも,こんにゃく, さとう,みりん,すりごま, ごま油	にんじん,大根,キャベツ, きゅうり	牛乳, アメリカンドック	牛乳, サクサクボーロかぼちゃ	657 602
6日 (金)	ご飯, 鯖のみそ煮, ほうれん草のかつお和え, みぞれ汁	さば切り身,みそ,花かつお, 豚肉,かつおだし	米,さとう,みりん,米油, こんにゃく,片栗粉	しょうが,ほうれん草, にんじん,白菜,ごぼう, えのきたけ,大根,ねぎ	ジョアストロベリー, パイカシ	牛乳, アンパンマンのハッピーせんべい	608 606
7日 (土)	食パン, マーシャルピンズ, ポークケチャップ, 牛乳	豚肉,牛乳	食パン,マーシャルピンズ,米油	玉ねぎ,にんじん,ピーマン			483 445
9日 (月)	ご飯, 肉じゃが煮, ピーマンのじゃこ炒め	牛肉,厚揚げ,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,糸こんにゃく, 米油,さとう,みりん	にんじん,玉ねぎ, グリーンピース,ピーマン	牛乳, ジャムサンド	みかんのヨーグルトかけ	587 508
10日 (火)	長ロール, 魚のコーンマヨネーズ焼き, 田舎スープ, 味付けブロッコリー	ホキ,豚肉	長ロール,片栗粉,米油, マヨネーズ,さとう	クリームコーンコーン, パセリ,玉ねぎ,干しいたけ, 大根,にんじん,キャベツ, ねぎ,ブロッコリー	牛乳, アンパンマンのソフトせん	牛乳, アンパンマンビスケット	543 524
12日 (木)	牛丼, 白菜のごま和え, ほうれん草のみそ汁	牛肉,ちくわ,油揚げ,煮干し, みそ	米,さとう,すりごま,三温糖	玉ねぎ,にんじん,ねぎ, 白菜,きゅうり,ほうれん草	牛乳, スノーマンクッキー	牛乳, むらさきいもせんべい	619 567
13日 (金)	ご飯, にらの卵やき, かぼちゃと豚肉の炒め煮, そうめん汁	卵,豚ひき肉,豚肉,油揚げ, かつおだし	米,米油,さとう,そうめん	にら,かぼちゃ,玉ねぎ, しょうが,ねぎ	牛乳, ほわほわココア蒸しパン	牛乳, マンナビスケット	643 577
14日 (土)	焼きスパ, オレンジゼリー, 牛乳	豚肉,牛乳	スパゲッティ,米油	キャベツ,にんじん,ピーマン			260 224
16日 (月)	八宝丼ぶり, しゅうまい, ミックスフルーツヨーグルトあえ	豚肉,ちくわ,えびしゅうまい, ヨーグルト	米,米油,片栗粉,生クリーム	玉ねぎ,にんじん,チンゲン菜, たけのこ,白菜	牛乳,むし芋	バナナ	650 606
17日 (火)	長ロール, 鶏肉のバーベキューソース焼き, スパゲッティサラダ, 野菜スープ	鶏肉,あらびきウインナー	長ロール,さとう,サラスパ,マヨネーズ	玉ねぎ,にんじん,きゅうり, みかん缶,キャベツ,もやし, スイートコーン	牛乳, 元気恐竜ものがたりクッキー	牛乳, ポテトとほうれん草のおせんべい	543 548
18日 (水)	ご飯, 白身魚のタルタルソース, ほうれん草塩昆布和え, かぼちゃのみそ汁	ホキ,卵,ちくわ,塩昆布, 油揚げ,煮干し,みそ	米,小麦粉,米油,マヨネーズ, すりごま	きゅうり,ほうれん草, かぼちゃ,ねぎ	牛乳, おからケーキ	牛乳, アンパンマンのふんわりコーン	691 641
19日 (木)	ご飯, ハワイアンハンバーグ, サラダめん, みそ汁	豚ひき肉,牛ひき肉, ロースハム,木綿豆腐, 干しわかめ,みそ,煮干し	米,パン粉,マヨネーズ, そうめん,さとう,ごま油	玉ねぎ,バインシロップ漬け, キャベツ,にんじん,きゅうり, えのきたけ	牛乳, プチえび	牛乳, サクサクボーロかぼちゃ	624 574
20日 (金)	カレーライス, コロコロサラダ, カップゼリーグレープ	牛肉,クッキングチーズ	米,じゃがいも,マヨネーズ, カップゼリーグレープ	玉ねぎ,にんじん, グリーンピース,きゅうり, トマト,スイートコーン	牛乳, はったい粉クッキー	牛乳, アンパンマンのハッピーせんべい	758 667
21日 (土)	食パン, いちごジャム, ビーフシチュー, 牛乳	牛肉,牛乳	食パン,いちごジャム,じゃがいも,米油, ビーフシチュールウ	玉ねぎ,にんじん,グリーンピース			466 419
24日 (火)	長ロール, ぼかぼかうどん, 元気サラダ, いちご	豚肉,油揚げ,かつおだし, ちくわ	長ロール,柔うどん,みりん, 片栗粉,すりごま,マヨネーズ	にんじん,白菜,しめじ, 長ネギ,ほうれん草,キャベツ, いちご	牛乳, おさつスナック	牛乳, アンパンマンビスケット	525 532
25日 (水)	ご飯, 鮭のあけぼの焼き, 高野豆腐煮, 豚汁	鮭切り身,粉チーズ,高野豆腐, 豚肉,木綿豆腐,煮干し,みそ	米,マヨネーズ,さとう, つきこんにゃく	にんじん,パセリ,玉ねぎ, 大根,ごぼう,ねぎ	牛乳, アップルケーキ	牛乳, 1才からのかつぱえびせん	613 564
26日 (木)	ジャコビラ, オムレツ, ポトフ	ちりめんじゃこ,卵,牛ひき肉, あらびきウインナー	米,米油,じゃがいも	玉ねぎ,にんじん,生しいたけ, スイートコーン,ピーマン, マッシュルーム,パセリ	牛乳, タコdeたご焼き	牛乳, むらさきいもせんべい	584 519
27日 (金)	ブルコギ丼, とうふとわかめのスープ, オレンジ	牛肉,ベーコン,木綿豆腐, 干しわかめ	米,さとう,ごま油,片栗粉	玉ねぎ,にんじん,にら, 長ねぎ,オレンジ	牛乳, おやつカステラ	牛乳, マンナビスケット	659 621
28日 (土)	五目うどん, バナナ, 牛乳	鶏もも,油揚げ,かまぼこ, かつおだし,牛乳	柔うどん,みりん	にんじん,玉ねぎ,ねぎ(白), バナナ			337 304

※エネルギーは、上段が3歳以上児、下段が3歳未満児の表示です。

2月3日節分について

2月3日は節分です。節分とは「季節を分ける」という意味で立春の前日、冬から春に移るときをいいます。昔から季節の変わり目は厄が入りやすいといわれています。悪いことや厄を鬼にたとえ、それを払う目的で豆をまきました。大豆にはマメに暮らせませうよという意味と、豆まきのあとに歳の数+1個食べて、1年の幸福が続くよんという意味が込められています。給食では子どもたちが食べやすいように砕いた大豆をミートスパゲッティに入れています。楽しみにしててくださいね。



消費者庁ホームページ

窒息及び誤嚥事故防止のために注意すること（消費者庁ホームページより）

(1) 豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は5歳以下の子どもには食べさせないでください。喉頭や気管に詰まると窒息しやすく、大変危険です。小さく砕いた場合でも、気管に入りこんでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

(2) ミートマトやブドウ等の球状の食品を丸ごと食べさせると、窒息するリスクがあります。乳幼児には、4等分する、調理して軟らかくするなどして、よくかんで食べさせましょう。

(3) 食べているときは、姿勢を良くし、食べることに集中させましょう。物を口に入れたままで、走ったり、笑ったり、泣いたり、声を出したりすると、誤って吸引し、窒息・誤嚥するリスクがあります。

(4) 節分の豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫して行い、子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底しましょう。

【今月の地産地消】

・大根・・・4日、6日、10日

・白菜・・・4日、6日、12日、24日

・米・・・18日

