



| 日 | 献立 | 10時おやつ | 3時おやつ |
|-------|---------------------------------------|--------|------------|
| 1(水) | ごはん 魚の照り焼き シルバーサラダ 味噌汁 果物 | ヨーグルト | 麦茶 芋入り蒸しパン |
| 2(木) | 二色丼 ほうれん草のごま和え すまし汁 果物 | クッキー | 麦茶 ジャムパン |
| 3(金) | 恵方巻 キャベツの昆布和え けんちん汁 果物 | 小豆ロール | 麦茶 きつねうどん |
| 4(土) | 豚丼 かぶの漬物 味噌汁 果物 | ビスケット | 麦茶 せんべい |
| 6(月) | チキンカレー りんごのサラダ 野菜スープ 果物 | クッキー | 麦茶 ホットケーキ |
| 7(火) | 味噌ラーメン ポークシューマイ さつまいもの甘煮 果物 | チーズ | 麦茶 わかめおにぎり |
| 8(水) | ごはん 煮魚 切り干し大根の煮物 味噌汁 果物 | ヨーグルト | 牛乳 きな粉ラスク |
| 9(木) | ひじきごはん ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のおひたし すまし汁 果物 | ビスケット | 麦茶 ふかし芋 |
| 10(金) | ロールパン クリームシチュー 花野菜サラダ 果物 | クッキー | 麦茶 鮭おにぎり |
| 13(月) | ピビンバ丼 コールスローサラダ 豆腐のスープ 果物 | クラッカー | 麦茶 お好み焼き |
| 14(火) | ごはん 鶏唐揚げ ポテトサラダ 味噌汁 果物 | チーズ | 麦茶 リンゴゼリー |
| 15(水) | ごはん サバのみぞれがけ かぼちゃのいとこ煮 豚汁 果物 | ヨーグルト | 麦茶 ピザトースト |
| 16(木) | 回鍋肉丼 シラス入りほうれん草のおひたし すまし汁 果物 | クラッカー | 麦茶 マカロニ安倍川 |
| 17(金) | カレーうどん コールスローサラダ 卵焼き 果物 | ビスケット | 麦茶 醤油おにぎり |
| 18(土) | 親子丼 小松菜の煮びたし 味噌汁 果物 | せんべい | 麦茶 クッキー |
| 20(月) | ごはん 豚肉の生姜焼き マセドアンサラダ 味噌汁 果物 | クッキー | 麦茶 パンケーキ |
| 21(火) | 鶏まぜごはん りんごのサラダ 茶碗蒸し 果物 | チーズ | 麦茶 そうめん |
| 22(水) | ごはん 白身魚の野菜あんかけ ちくわのきゅうり詰め かきたま汁 果物 | ヨーグルト | 牛乳 シュガーラスク |
| 24(金) | ごはん 豆腐ハンバーグ かぼちゃのサラダ 中華スープ 果物 | ビスケット | 麦茶 鬼まんじゅう |
| 25(土) | ごはん 鮭フライ フレンチサラダ 味噌汁 果物 | クッキー | 麦茶 せんべい |
| 27(月) | ナポリタンスパゲッティ レンコンサラダ コンソメスープ 果物 | クラッカー | 麦茶 栗入り蒸しパン |
| 28(火) | ごはん 魚の照り焼き 大根とさつま揚げの煮物 沢煮椀 果物 | チーズ | 麦茶 ブドウゼリー |

*10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがあります。*仕入れの状況や人数の変更により献立が変わる時もあります。



【給食室から】

天気の良い日は、外から子どもたちの元気な声が聞こえてきます。暦の上では、春が近づいていますが、まだまだ寒い日が続きそうです。暖かくなったり、寒くなったりと「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。

季節の変わり目は体調を崩しやすいため、毎日の食事ですっかりと栄養のあるものを食べて春を迎えましょう。

誕生日会メニュー(1月)

《お赤飯》



【鬼まんじゅう】…2月24日おやつ

愛知県全域の郷土料理

飢餓に苦しめられていた時代に収穫しやすい芋を食べて災厄(鬼)を封じ込めて食べてしまえという願いが込められているといわれています。

<材料>…5~6個分

さつまいも…200g 薄力粉…80g 米粉(上新粉)…20g

砂糖…60g 水…35ml

<作り方>

- ① さつまいもは皮をむいて1cmの各切りにして、水にさらしてアクを抜き、水気を切って砂糖をまぶす。
- ② 薄力粉と米粉(上新粉)を一緒にふるいにかけておく。
- ③ ①に水と②を入れ粉気がなくなるまで混ぜ適当な大きさに等分して形を整える。
- ④ クッキングシートの上のせて、蒸し器で13~15分ぐらい蒸す。

