



# 2月予定献立表



＜令和5年＞  
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	水	<予行演習2>肉うどん・ししゃも焼き・キャベツの酢の物・バナナ	ビスコ りんご	揚げパン	
2	木	ご飯・ふりかけ・豚肉と玉ねぎの甘辛炒め・ポテトサラダ・すまし汁・ヨーグルト	ポーロ オレンジ	クレープ	
3	金	<節分>大豆入りわかめご飯・いわしの蒲焼き・小松菜のベーコン煮・みそ汁・りんご	チーズトースト	細巻き	
4	土	<生活発表会>	ぱりんこ バナナ		
6	月	ご飯・豚バラ大根・納豆和え・すまし汁・りんご	いちごジャムトースト	チーズ饅頭	
7	火	ミートスパゲティ・かみかみサラダ・チーズ・バナナ	ウエハース オレンジ	お好み焼き	
8	水	<おにぎりパーティ>おにぎり・ごはん・(0.1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮)(3上はちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)・さわらの照り焼き・キャベツのコンソメ煮・かき玉汁・オレンジゼリー	ビスケット りんご	ちんすこう	
9	木	ご飯・手羽元のすっぱ煮・もやしの中華サラダ・白菜スープ・バナナ	シガーフライ	フレンチトースト	
10	金	<弁当の日>	星たべよ バナナ	さつま芋スティック	
11	土	<建国記念日>			
13	月	ご飯・鮭のレモン蒸し・ブロッコリーのおかか和え・みそ汁・オレンジ	ハッピーターン りんご	アメリカンドッグ	
14	火	チョコパン(3上)チーズパン(3未)・豚肉の生姜焼き・ごまドレサラダ・チンゲン菜のスープ・ヨーグルト	さつま芋のレモン煮	人参チュロス	
15	水	カレーライス・キャベツのゆかり和え・チーズ・りんご	バナナチップ	マーブルケーキ	らいおんトッピングバイキング
16	木	麦ご飯・たらとひじきの栄養揚げ・小松菜のごま和え・豚汁・バナナ	ビスコ オレンジ	ポテトグラタン	食育紙芝居(うさぎ)
17	金	<誕生会>ゆかりご飯・チューリップ唐揚げ・たらこスパゲティ・カレーソテー・コーンスープ・みかん	ウエハース バナナ	黄桃缶のケーキ	
18	土	豚丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	星たべよ バナナ	
20	月	納豆ご飯・ホイコーロー・切干大根サラダ・もやしスープ・りんご	バナナチップ	じゃがもちーず	
21	火	わかめご飯・おでん・ほうれん草の昆布和え・みそ汁・バナナ	ポーロ オレンジ	ふのラスク	
22	水	ちゃんぽん麺・塩麴チキングリル・海藻サラダ・オレンジ	きなこマカロニ	ピザトースト	
23	木	<天皇誕生日>			
24	金	ご飯・味つけのり・豚天・チンゲン菜のポン酢和え・けんちん汁・ぶどうゼリー	スティックパン	マーマレードマフィン	
25	土	ハヤシライス・レタスサラダ・オレンジ	ポーロ りんご	ぱりんこ バナナ	
27	月	ご飯・魚粉ふりかけ・さばの塩焼き・ほうれん草のお浸し・みそ汁・バナナ	シガーフライ	フライドポテト	
28	火	きなこご飯・ポークチャップ・ブロッコリーのナムル・きのこスープ・りんご	ハッピーターン オレンジ	マシュマロサンド	



節分という言葉には、「季節を分ける」という意味があるのだそう。昔の日本では、春は一年のはじまりとされ、特に大切にされたようです。そのため、春が始まる前の日、つまり冬と春を分ける日だけを節分と呼ぶようになりました。



## どうして豆をまくの？

悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために、豆まきをします。鬼に炒った豆をぶつけて、悪いものを追い出すというイメージです。ずーっと昔に、鬼を豆で退治したところから由来しているそう。豆まきの豆、「大豆(だいず)」にはたくさんの栄養が含まれているから、鬼を追い出すパワーがいっぱいつまっているんだって！

## どうして恵方巻(巻き寿司)を食べるの？

七縁起の良い福神にちなみ、7種類の具材を包む恵方巻きは、「福を巻き込む」食べ物とされています。切らずに一気に食べることに、「縁を切らない」「運を逃がさない」という意味が込められていますよ。また、立春の前日である現在の節分は、旧暦では一年の節目にあたります。2023年の恵方は「南南東のやや南」です。

