



2月献立



2020年度2月予定献立表

ひまわり第2保育園

* 献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
 <p>2月3日は節分です!! 「鬼はそと!」「福はうち!!」 季節を分けるという意味の節分には、豆をまき邪気を払い、清めます。季節の変わり目には天候が不安定な為、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病気)を追い払うのです。保育園でも、鬼の嫌いな大豆やいわしを食べて体の中から鬼を追い払います!</p>					チキンライス 味噌汁
大豆ごはん いわしの竜田揚げ ブロッコリーの磯和え けんちん汁	ごはん すき焼き風煮 煮豆 カリフラワーの ごま和え 味噌汁	<ひよこ組公開給食> ごはん さつま芋と 大豆の甘辛煮 ブロッコリーの磯和え 味噌汁	ごはん 煮魚 蓮根とごぼうの 甘辛煮 キャベツの浸し	ごはん 豆腐の五目焼き 切り干し大根の 酢の物 昆布の煮物 味噌汁	炊き込みご飯 味噌汁
恵方巻き・いりこ・お茶	焼き芋・昆布・牛乳	切干おにぎり・いりこ・お茶	小豆団子・いりこ・牛乳	さつまもち・すもも・お茶	パン・果物・お茶
ごはん 豚肉と大根の味噌煮 もやしのナムル すまし汁	建国記念日 	ごはん 高野の煮物 納豆サラダ 冬野菜のクリームスープ	ごはん いり鶏 ほうれん草のごま和え 味噌汁	ごはん 鮭の ちゃんちゃん焼き バリバリこんにやく すまし汁	味噌煮込みうどん さつま芋のごま和え
黒豆おにぎり・昆布・お茶		米粉蒸しパン すもも・お茶	ふかし芋・いりこ・牛乳	ごまおはぎ・昆布・お茶	パン・果物・お茶
ごはん 厚揚げとキャベツの そぼろあんかけ ごぼうの煮物 味噌汁	ごはん 魚のゆず味噌焼き 干し大根の煮物 すまし汁	ごはん 手羽元の竜田焼き 大根のごま酢和え 大豆とあらめの煮物 味噌汁	お弁当の日 	ごはん 焼き魚の野菜あんかけ 白和え 味噌汁	そぼろごはん 味噌汁
大根のり巻き・すもも・お茶	五平餅・昆布・お茶	芋入りぜんざい いりこ・お茶	マカロニきな粉 蒸し野菜・牛乳	スティックパン すもも・牛乳	パン・果物・お茶
振替休日 	ごはん 高野の麻婆豆腐 ブロッコリーの 中華和え 塩スープ	ごはん ポークビーンズ あすっこの浸し 味噌汁	ごはん 魚の照り焼き あらめのきんぴら 白菜の浸し 味噌汁	ごはん がんもの煮物 里芋のごま味噌和え キャベツの酢の物 味噌汁	チャーハン 味噌汁
	ごまじゃこおにぎり いりこ・お茶	みたらし団子 昆布・牛乳	ごはんお焼き すもも・お茶	さつま芋チップ いりこ・牛乳	パン・果物・お茶

みそ作りをしたよ ~きりんぐみ~



1月16日にきりん組がみそ作りをしました。大豆を育てることから始まりました。
春に大豆の種をまき、夏ごろにさやが出来、枯れてから収穫し、干してから豆を出していきます。一粒一粒出す度に「あったよ~!!」と、とても嬉しそうな子どもたち。年末の餅つきの時にはきな粉を作り、つきたてのお餅につけて味わいました。

- ・みそ作り前々日…大豆を洗い水につける
- ・みそ作り前日…大豆を柔らかくなるまで茹でる
- ・いよいよ当日!!

麴をバラバラにほぐす↑麴・柔らかくした大豆・塩・大豆のゆで汁をよく混ぜ合わせてなじませる↑味噌くり機でつぶす↑空気を抜くようにして味噌玉を作り、樽に入れていく↑ばい菌が入らないようにして塩を置き、冷暗所で保管する

味噌くり機は、大豆をつぶす時に使う機械です。出てきたのを見て、「お肉みたい」「スパゲティみたい」と呟く子もいましたよ。全身の力を使い、顔を真っ赤にして頑張ってくれました。

この味噌の出来上がりは、今のきりん組がぞう組になった運動会の頃です。それまで楽しみに待ちますよ。

みそ作りから1週間ほどして、子どもたちが「味噌、どうなったかな~」と気にしていたので少し、覗いてみました。「まだ変わってないね~」「運動会が楽しみだね~」とまた蓋をしめました。



・3日…節分献立
・5日…ひよこ組 公開給食
11:00~13:00を予定
しています。沢山のご参加をお待ちして
います!

・20日…お弁当の日
*3月10日…ぞう組 公開給食
*3月30日、31日は希望保育の為、
2日間お弁当の日とさせていただきます。



味噌くり機

このハンドルを回すとミンチ状
になって出てきます