



給食だよ



2025年2月号
川口西こども園

暦の上では立春を迎える2月は、まだまだ寒くて乾燥する日が続きます。節分には季節を分けるという意味があります。季節の変わり目には体調を崩しやすいので栄養のあるものをしっかりととり、寒さを乗り切りましょう。

☆節分☆

今年の節分は2月2日です。旧暦では立春が1年の始まりとされ、立春の前日である節分には、無病息災を祈って行う豆まきなど、新しい年の厄を祓う行事があります。園では3日の給食で大豆の入った五目煮を提供します。節分に食べる太巻き寿司を『恵方巻き』といい、その年の恵方を向いて無言でお願い事をしながら食べると、縁起がよいとされています。おやつでも恵方巻きを提供します。今年の方角は「西南西」です。1年の健康と幸せを祈りながら食べましょう。

今月の給食から

れんこんドライカレー



材料(4人分)

- 豚ひき肉(もも)・・・120g
- たまねぎ・・・80g
- にんにく・・・2g
- しょうが・・・2g
- れんこん・・・140g
- さやいんげん・・・20g
- バター・・・10g
- 油・・・適量
- 調味料
- カレー粉・・・1.2g
- ケチャップ・・・16g
- ウスターソース・・・16g
- 塩・・・0.4g

作り方

- ① たまねぎ・にんにくはみじん切りにする。しょうがはすりおろす。れんこんは粗みじん切りにする。
- ② さやいんげんは小口切りにして茹でる。
- ③ フライパンに油を熱し、にんにくとしょうがを炒め、豚ひき肉とたまねぎをぼろぼろになるまで炒める。
- ④ 鍋にバターを溶かし、れんこんを炒める。火が通ったら③を加え、調味料を入れて味を調える。最後にいんげんを散らす。
- ⑤ ごはんを器に盛り、④をかける。



2月のおやつ予定表



おやつには牛乳がつきます。

日	曜日	朝 (1~2歳児のみ)	昼(全児)	日	曜日	朝 (1~2歳児のみ)	昼(全児)
1	土	ぱりんこ	雪の宿	15	土	きなこもちせん	
2	日			16	日		
3	月	チーズカナッペ	巻きずし	17	月	あられ麩	豆乳くずもち
4	火	おさつスナック	ラスク	18	火	マカロニきなこ	アップルパイ
5	水	シュガーパイ	ヨーグルトムース	19	水	ラスク	ごぼうと鶏肉の 炊き込み
6	木	たべっ子 どうぶつ	米粉のガトー ショコラ	20	木	ジャムパイ	フレンチトースト
7	金	カップケーキ	さつまいも入り まんじゅう	21	金	クラッカージャム サンド	グレープゼリー
8	土	ミニサラダ	サラダせん	22	土	ウエハース	ぼたぼた焼き
9	日			23	日		
10	月	みたらしポテト	ドーナツ	24	月		
11	火			25	火	シュガーパイ	チーズパン
12	水	フルーツ カナッペ	じゃがいももち	26	水	黒蒸しパン	ほうれん草の チャーハン
13	木	じゃがいもの オープン焼き	コーンピラフ	27	木	ペイクドおさつ	食パンオムレット
14	金	きな粉ラスク	チーズケーキ	28	金	食パンの マヨネーズ焼き	ほうれん草 クッキー

今月のおやつから

チーズケーキ

材料(作りやすい分量)

- 薄力粉・・・36g
- 卵・・・1個
- クリームチーズ・・・50g
- バター・・・30g
- グラニュー糖・・・42g
- 生クリーム・・・60g
- レモン(汁)・・・6g

作り方

- ① クリームチーズ、バターは常温でやわらかくしておく。薄力粉はふるっておく。
- ② ミキサーに卵、グラニュー糖、レモン汁、薄力粉を入れて攪拌する。さらにクリームチーズ、バター、生クリームを入れ攪拌する。
- ③ 型に流し入れ、170℃のオーブンで40分ほど焼く。
- ④ 粗熱が取れたら冷蔵庫に入れて冷やす。