



柊の葉っぱはトゲトゲ
していて痛いから鬼は
大嫌い!!

鬼が嫌いな
魚は「いわし」
焼いたときの
においが苦手で
「うわっ! くさーい」って
にげていくよ



「いわしのトマトチーズ焼き」

作り方

- ①開いたいわしの両面に
少々塩をふる
- ②フライパンを温めて、
オリーブ油、いわしを
入れて焼く
- ③いわしに火が通ったら
とろけるチーズとトマトを
のせて蒸し焼きにする
- ④チーズが溶けたら
できあがり



おにはそとふくはうち

2月3日 節分

節分は「みんなが健康で」
幸せに過ごせますように」という
意味をこめて、悪いものを追い出す日

豆まきをしよう

豆をまいて鬼をやっけよう

鬼はどこにでもいて、みんなの
心の中に入ってくることも。

泣き虫おに、おこりんぼうおに
やだやだおに、ちらかしおに...。
みんなの中にもいるかもしれないおにも
まとめて追い払おう!

「恵方巻き南南東」

その年のラッキーな
方角(恵方)を向いて
お願いごとをしながら
黙って食べると願いが
叶って福がやってくるよ!!





2月のこんだて



みどり丘こどもえん

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ごはん ◆れんこんきんぴら ◆ひじきとかにかまの酢の物 牛乳 センべい&チーズ	節分メニュー お楽しみ 	ごはん ◆☆いわしのフライ ジャーマンポテト トマト 牛乳 ◆☆みかん	ごはん おからの煮つけ ☆白ネギのかき玉汁 牛乳 ★肉まん	ごはん カレーコロッケ ◆キャベツの塩昆布和え トマト 牛乳 ☆りんご	木の葉とじうどん ◆☆小松菜のごま和え 牛乳
9日	10日	11日	12日	13日	14日
ごはん ◆えびのクリームシチュー タマゴサラダ トマト 牛乳 クラッカー&チーズ	ごはん ◆鯖のみそ煮 ◆☆小松菜のおかか和え 牛乳 バナナ	建国記念の日 	ごはん 豆腐ハンバーグの野菜あんかけ スパゲティソテー ゆで卵 牛乳 センべい	ごはん ポークビーンズ ◆ごぼうと人参のサラダ 牛乳 ★ココア蒸しパン	サンドウィッチ 動物チーズ 牛乳 
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ごはん ◆☆小松菜と高野豆腐の卵とじ きのこのすまし汁 牛乳 クッキー&チーズ	ごはん ◆白身魚のかば焼き ◆☆白菜とひじきのおかか和え トマト 牛乳 ★黄金パン	ごはん ◆がんもの筑前煮 ゆで卵 牛乳 ヨーグルト	頑張れメニュー お楽しみ	豆カレー ◆わかめとキャベツのサラダ 牛乳 クラッカー	パン ジュース (幼児入) / 
23日	24日	25日	26日	27日	28日
天皇誕生日 	ごはん 豚肉のみそソテー きゅうりとパインの中華サラダ 牛乳 ★手作りプリン	ごはん ◆鮭のムニエル 人参の友禅和え ◆ボイルブロッコリー 牛乳 クラッカー&チーズ	ごはん ◆チキンカツ ◆ボイルブロッコリー マカロニサラダ トマト 牛乳 バナナ	ごはん ◆大豆とひじきの炒め煮 ゆで卵 牛乳 菓子パン	焼きそば わかめの味噌汁 牛乳

2月3日は節分！今年の方角は南南東！



節分は「みんなが健康で幸せに暮らせますように」という意味をこめて
悪いものを追い出す日です。
みんなも豆まきをして病気やケガをおいはらおう！！
2月は1年で一番寒い月です。風邪などひかないように、温かい具だくさんの汁物で
体を温め、寒い2月を乗り切ろうね。



●都合により、献立を変更する場合があります。 ●未満児は午前中にフルーツや手作りおやつ等があります。

●★印は手作りおやつです。

●☆は季節の食材を使ったものです。

◆カミカミメニューです。しっかりかんで食べようね！