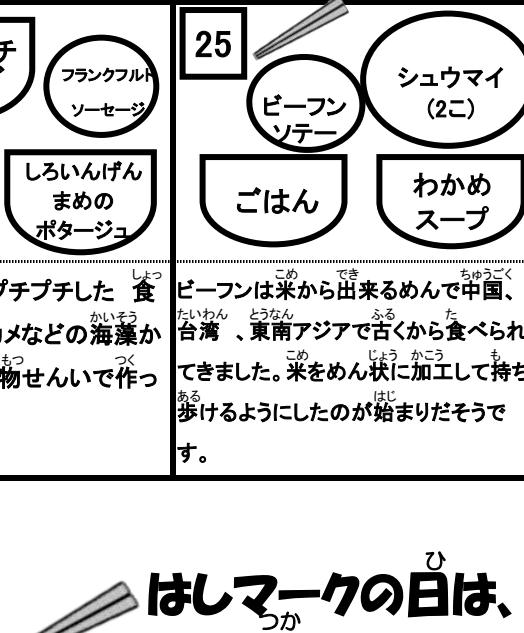
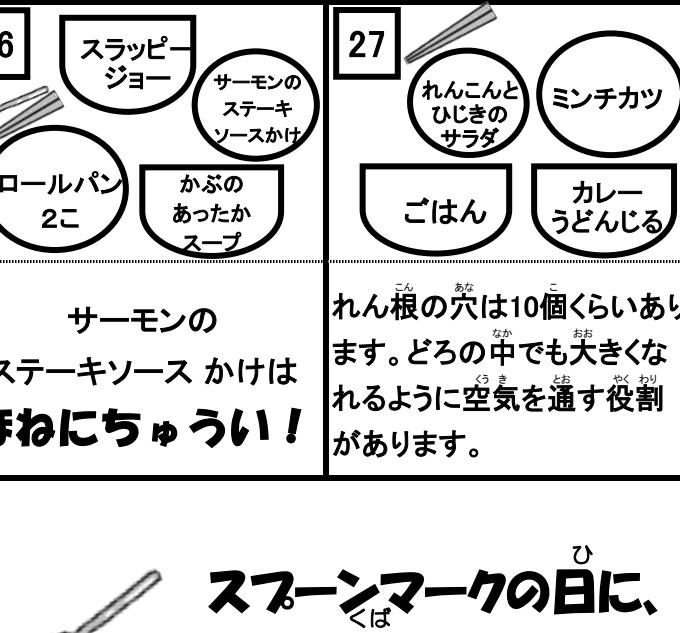


# A 2月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。  
☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金
2  ごはん おでん  もやしは大豆や緑豆などが芽を出した「子葉」と「くき」と「根」を食べます。細くてか弱くみえますが、芽が出るパワーを秘めた食べ物です。	3  せつぶんメニュー ミニやきそば ふくまめ コッペパン じゅりエンヌスープ  今日は節分メニューです。ひと口メモや動画を見てください。	4  ドレッシング ハムとだいこんのサラダ たちうおのかぼすしょうゆかけ いろどりごはん とりすきに  たちうおのかぼすしょうゆかけはほねにちゅうい！	5  とりにくとコーンのバターいため カップもたべられるグラタン クロワッサン チンゲンサイのスープ  クロワッサンの名前はフランス語の「三日月」を意味する言葉から名付けられました。もともとはオーストリアのパンでしたが、マリーアントワネットが、フランスに来た時に連れてきたパン職人からフランスに伝わりました。	6  ツナとだいこんのゆずふうみいため ハートコロッケ ごはん にくすい  肉吸いは大阪で親しまれている料理で、肉の吸い物という意味です。あるお店お客様さんから「肉うどん、うどんぬきで」という注文が入り、それに応えて料理を出したことから生まれました。
9  とりにくのスマニアいため ごはん かすじる  ちくわのいそべあげの「いそべ」という言葉は、のりなどの海とうをを使った料理を使っています。今日は、アオサという海とうを混ぜた衣をつけて、ちくわをあげています。	10  ささみとブロッコリーのサラダ ソース コッペパン はくさいのミルクに  いわしのフライはほねにちゅうい！	 2月3日は 節分です		12  コールスローサラダ ぶたにくのからあげ コッペパン ナポリタンスパゲティ  ナポリタンスパゲティは海外の料理ではなく、日本で生まれた料理です。トマトソースのスパゲティを「ナポリ風」と呼んでいたことから名づけされました。
16  ひじきのいために ごはん しろみざかなだんごのすまじる  ぎょうざには、焼きぎょうざ、水ぎょうざ、あげぎょうざ、蒸しぎょうざ等色々な種類があります。焼ぎょうざは熱々の鉄なべで焼いたターリヤンという細長いぎょうざが、はじまりだと言われています。	17  とりにくとチンゲンサイのソテー <sup>4こくらい</sup> ひとくいちかんぶら(4こくらい) こめことうにゅうパン たんたんごまとにゅうラーメン  ひとつかい天ぷらはよくかんで食べましょう。「4こくらい」はめやすです。たんたんごま豆乳ラーメンは、新メニューです。ごまと肉みその「こく」と「香ばしさ」を味わってみてください。	18  ビーンズサラダ オムレツ ハヤシライス ごはん ハヤシシチュー  ビーンズサラダの「ビーン」は英語で豆のことです。今日のサラダには大豆と、大豆になる前の若い実である「枝豆」が入っています。	19  わかめのサラダ タルタルソース しろみざかなフライ コッペパン にくだんごのスープ  しろみざかなフライはほねにちゅうい！	20  にんじんシリシリ ごはん タッカルビ  タッカルビはとり肉と野菜をあまからく、いためにした韓国・朝鮮の料理です。「タッ」はとり肉のことで、名前がよく似た「タッカンマリ」もとり肉料理です。
 はしマークの日は、 はしを使いましょう。		24  プチプチサラダ フランクフルトソーセージ コッペパン しろいんげんまめのポタージュ  プチプチサラダのプチプチした感は、コンブやワカメなどの海藻から出来た天然の食物せんで作つた春雨です。	25  ビーフンソテー <sup>2こ</sup> ごはん わかめスープ  ビーフンは米から出来るめんで中国、台湾、東南アジアで古くから食べられてきました。米をめん状に加工して持ち歩けるようにしたのが始まりだそうです。	26  スラッピージョー <sup>2こ</sup> サーモンのステーキソースかけ ロールパン かぶのあったかスープ  サーモンのステーキソースかけはほねにちゅうい！
 スプーンマークの日に、 スプーンを配りましょう。		27  れんこんとひじきのサラダ ごはん カレーうどんじる  れんこんの穴は10個くらいあります。どろのの中でも大きくなれるように空気を通す役割があります。	 まいにちも はしは毎日持てきましょう	

こんだてカレンダーの  
みかた  
どうが  
動画はこちら！

はしマークの日は、  
はしを使いましょう。

スプーンマークの日に、  
スプーンを配りましょう。

※カレンダーに書いている「○こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。