



予定献立表

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
0～2歳児	484	18.3	13	1.4
3～5歳児	500	19.2	15	1.5

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
♡ビスケット・牛乳 ご飯 豚肉の香味焼き ヨーグルトドレッシングのサラダ 切干大根とわかめの味噌汁	♡いもけんぴ・飲むヨーグルト ちらし寿司 揚げいもとほうれん草のごま和え けんちん汁 果物	♡ビスケット・牛乳 あんかけ焼きそば もやしとにらのナムル 春雨とコーンとチンゲン菜の中華スープ ヨーグルト	♡ビスケット・飲むヨーグルト ご飯 魚のパン粉焼き ひじきとちくわの煮物 お麩と青菜の味噌汁	♡クラッカー・牛乳 鶏肉と大豆の炊き込みご飯 じゃがいものそぼろ和え きのこのすまし汁 果物	♡クラッカー ご飯 具だくさんの鍋 サラダ 果物
☆豆乳もち	☆福豆クッキー・牛乳	☆ツナの炊き込みごはん	☆コーンチーズトースト・牛乳	☆ほうれん草の蒸しパン・牛乳	☆おせんべい
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
♡クッキー・牛乳 甘辛鶏そぼろ丼 お芋とチーズのコロコロサラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 果物	♡魚肉ソーセージ・飲むヨーグルト ご飯 魚の照り焼き 野菜の酢味噌和え 豆腐とみつばのすまし汁	♡ウエハース・牛乳 ご飯 ハンバーグ フレンチサラダ キャベツと卵のコンソメスープ	建国記念日	♡クラッカー・牛乳 ピラフ ポトフ パスタサラダ 果物	♡クラッカー ご飯 ホイル焼き サラダ 具だくさんの味噌汁
☆黒糖ときな粉のパイ・牛乳	☆焼きうどん・牛乳	☆ココアブラウニー・牛乳		☆ごまラスク・牛乳	☆おせんべい
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木) 誕生会	19日(金)	20日(土)
♡ビスケット・牛乳 ご飯 豚肉とキャベツの中華炒め 三色ナムル ふわふわ卵のコンソメスープ	♡チーズ入りかまぼこ・飲むヨーグルト ご飯 魚の塩焼き 切干大根の煮物 お麩と玉ねぎの味噌汁	♡ビスケット・牛乳 お弁当の日	♡ゴーフレット・飲むヨーグルト ロールパン 鶏団子のトマトスープ ひき肉とポテトのグラタン 果物	♡クラッカー・牛乳 ご飯 すきやき風煮 かぼちゃのサラダ 果物	♡クラッカー 肉うどん サラダ 果物
☆いちごジャムヨーグルト・クラッカー	☆コーンフレーククッキー・牛乳	☆プリン	☆オレンジケーキ・牛乳	☆れんこんもち・牛乳	☆おせんべい
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
♡クッキー・牛乳 かきたまうどん さつまいものサラダ 果物	天皇の誕生日	♡ウエハース・牛乳 ご飯 魚の野菜あんかけ 豆腐とわかめの味噌汁 果物	♡ビスケット・飲むヨーグルト ごぼうと豆のドライカレー 彩りサラダ コーンオニオンスープ ヨーグルト	♡クラッカー・牛乳 ご飯 豚肉と白菜の味噌鍋 大根とちくわのおかか煮 果物	♡クラッカー セレクトおにぎり サラダ 具だくさんの味噌汁 果物
☆鮭おにぎり		☆じゃがいもの和風ガレット・牛乳	☆にんじんポッキー・牛乳	☆ごまがらめ・ビスケット・牛乳	☆おせんべい

♡ 午前おやつ ☆ 午後おやつ

2月2日は“節分”



節分とは季節の分かれ目を表す言葉で、立春・立夏・立秋・立冬の前日の事を言い、年に4回ありました。立春の前日は、旧暦で年の分かれ目に当たる重要な日だったため、しだいにこの日だけ「節分」として呼ぶようになり、伝承されるようになりました。節分にはさまざまな風習があります。

豆まき…季節の変わり目に起こりがちな災害や病気を鬼に見立て、追い払う儀式です。「鬼は外、福は内」と言って豆をまき、その豆を年の数だけ食べる風習は健康(まめ)に暮らせるようにという縁起によるものです。いわし…焼いた時の匂いで鬼を追い払うという意味があり、またいわしは栄養があり昔から悪い事を追い払うとされています。ひいらぎ…葉のトゲで鬼の目を刺して家の中への侵入を防ぐ意味があります。

◆誕生会 2月18日(木)
※食材料仕入状況等により、献立表と異なることもありますのでご了承ください。 太田