

2月よていこんだてひょう



2月1日(金)園庭で手作りお面をかぶり、鬼さんめがけて豆まきをして楽しめます。豆まきをして、鬼を追い払い福を招き入れ、年の数だけ炒り豆を食べます。まだまだ寒い日が続きます。体の中から温めてくれる根菜類や風邪予防の緑黄色野菜をしっかり摂り、みんなで楽しく食事をしていきたいと思ひます。2/28(木)は、年中さんの給食参観です。ご父兄様に持ち物のお願いですが、**お茶碗2個とスプーン1個**をご持参下さい。ご協力よろしくお願ひします。



※牛乳・お茶は、毎日つきます。

月平均の栄養価 エネルギー 507kcal 蛋白質 19.8g Ca 275mg 食塩相当 1.9g

H30年度2月幼稚園

日	曜日	こんだて	おやつ	赤の食品 からだをおおさくする	黄の食品 エネルギーになる	緑の食品 びょうきをふせぐ	調味料
1	金	さくらごはん やきめざし せつぶんじる みかん	ふくまめ	やきめざし だいず とりもも とうふ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ こんにやく さといも ざらめ	うめぼし だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ みかん	しょうゆ さけ みりん しお
4	月	きりぼしだいこんごはん しろみそしる キャンディチーズ ミニゼリー	きなこもち	とりこま あぶらあげ かつおぶし こんぶ とうふ ぶたばら チーズ ぎゅうにゅう	こめ さといも ざらめ	にんじん ごぼう きりぼしだいこん ほししいたけ はくさい ねぎ えのきたけ こまつな	しょうゆ さけ しろみそ みりん
5	火	ごはん チンジャオロース なめこじる みかん	きくサブレ	ぶたミンチ とうふ わかめ こんぶ かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ サラダあぶら	にんじん たけのこ ピーマン パプリカ たまねぎ なめこ ねぎ みかん	オイスターソース ちゅうかだし
6	水	ひじきごはん かすじる ハートのチョコプリン	おかきもち	とりこま あぶらあげ ひじき とうふ かつおぶし こんぶ ぶたばら ぎゅうにゅう	こめ さけかす ざらめ	にんじん ごぼう ほししいたけ だいこん はくさい ねぎ こまつな	しょうゆ さけ ミックスみそ
7	木	しのだうどん きんときまめにつけ バナナ		とりこま あぶらあげ かまぼこ こんぶ かつおぶし きんときまめ ぎゅうにゅう	しらたまうどん ざらめ	にんじん はくさい ねぎ えのきたけ バナナ	しょうゆ さけ みりん しお
8	金	エビフライ やさいスープ ほうれんそうのごまあえ	ミルクフレンチ ぼたぼたやき	エビフライ とうふ ぎゅうにゅう	ミルクフレンチ さんおんとう すりごま	だいこん はくさい にんじん こまつな ほうれんそう キャベツ もやし	コンソメパウダー しょうゆ しお
12	火	ツナごはん ミニフィッシュ かんとくに ミニゼリー	バタークッキー	シーチキン とりもも はんぺん こざかな やきちくわ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ ざらめ さといも こんにやく	だいこん にんじん キャベツ	しょうゆ さけ みりん しお
13	水	なめし にこみハートハンバーグ いちごのハートゼリー		ハンバーグ ぎゅうにゅう	こめ オリーブオイル さんおんとう	なめし にんじん たまねぎ ホールコーン なましいたけ	ケチャップ ソース ブイヨン しお
18	月	うめしらすごはん あじつけのり ぶたじる りんご	おにぎりせんべい	うめしらす ぶたばら にぼし あかみそ あぶらあげ のり ぎゅうにゅう	こめ さといも こまつな りんご	だいこん にんじん はくさい ねぎ りんご	みりん さけ
19	火	ちゅうかはん たまごのすのもの おさつスティック	ビスコ	ぶたこま きんしたまご ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら かたくりこ はるさめ	はくさい キャベツ たまねぎ にんじん ほししいたけ ほうれんそう もやし ホールコーン	しょうゆ ちゅうかだし こめす しお
20	水	かぼちゃのポタージュスープ いわしつみれとだいずのケチャップいため	バターコッペ あじしらべ	とりもも いわしつみれ だいず ぎゅうにゅう	バターコッペ オリーブオイル じゃがいも	かぼちゃ にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー	シチュー(乳不使用) ケチャップ ソース
21	木	カレーライス ヨーグルトサラダ		ぶたこま プレーンヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも さつまいも サラダあぶら	にんじん たまねぎ かぼちゃ みかんかん ももかん バインかん りんご	カレールウ しお ソース
25	月	しゃけわかめごはん あじつけのり こまつなスープ ミニゼリー	ホームパイ	しゃけわかめ のり とりもも あぶらあげ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ	こまつな だいこん にんじん ねぎ	しょうゆ さけ みりん しお
26	火	いかやきそば ポイルウインナー りんご	まるだいずせんべい	いか ぶたこま ちくわ ウインナー ぎゅうにゅう	やきそば サラダあぶら	キャベツ にんじん たまねぎ もやし きりぼしだいこん りんご	ウスターソース しろしょうゆ さけ
27	水	マーボーどうふどんぶり ポテトサラダ ミニフィッシュ	みそはんげつ	とうふ ぶたミンチ あかみそ ハム こざかな ぎゅうにゅう	こめ ざらめ かたくりこ ごまあぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり ホールコーン	トウバンジャン マヨネーズ(卵不使用)
28	木	(年中さん) さんしょくごはん なばなのスープ きなこまめ いちご ヤクルト	きよほうのあじ	ぶたミンチ たまご とうふ かつおぶし こんぶ だいず きなこ ぎゅうにゅう	こめ さんおんとう サラダあぶら	にんじん ほししいたけ しょうが グリンピース なばな はくさい ねぎ えのきたけ いちご	しょうゆ さけ みりん しお
28	木	(年長・年少さん) マカロニいりクリームシチュー まんてんだいず いちご ヤクルト	しょうコッペ きよほうのあじ	とりもも ウインナー だいず ぎゅうにゅう	しょうコッペ サラダあぶら じゃがいも マカロニ	にんじん たまねぎ かぼちゃ キャベツ いちご	シチュー(乳不使用) しお

○都合により、献立を変更する場合があります。