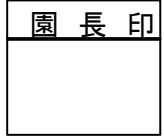




2月の献立予定表 さくら保育園



日	曜	3歳未満児		献立名	3時のおやつ
		10時のおやつ	主食		
1	金	牛乳	◎	鬼のピラフ わかめスープ フルーツヨーグルト	麦茶 せんべい
4	月	牛乳	胚芽米	かんぴょうグラタン りんごのサラダ 麦茶	牛乳 黒糖蒸しパン
5	火	牛乳	胚芽米	すき焼き風煮 白菜のみそ汁 果物(バナナ)	牛乳 わかめごはん
6	水	りんごジュース	胚芽米	サーモンローフ 野菜スープ 果物(パイン缶)	麦茶 イチゴババロア
7	木	牛乳	胚芽米	親子煮 大根のみそ汁 みかんときゅうりの酢の物	牛乳 焼うどん
8	金	牛乳	胚芽米	白身魚の照り焼き 麩のみそ汁 生揚げの五目煮	牛乳 ビスケット
12	火	飲むヨーグルト	胚芽米	麻婆豆腐 卵入り中華スープ 果物(花みかん)	牛乳 菜めしおにぎり
13	水	牛乳	胚芽米	若鶏のマレンゴ風 千切り野菜スープ 果物(パイン缶・もも缶)	牛乳 手作りオレンジゼリー
14	木	牛乳	胚芽米	手作りしゅうまい 太平燕 ひじきの炒め煮	牛乳 ごまきなトースト
15	金	牛乳	胚芽米	白身魚フライタルタルソース 茹でキャベツ かんぴょうのみそ汁	麦茶 せんべい
18	月	牛乳	胚芽米	ハヤシライス ヨーグルトサラダ 麦茶	牛乳 ふかし芋
19	火	牛乳	胚芽米	豆腐の松風焼き ほうれん草ともやしのおひたし 白菜のスープ	麦茶 赤飯 漬物
20	水	麦茶 チーズ	◎	シーチキンライス もろのから揚げ ミネストローネ	ホワイトポンチ
21	木	牛乳	胚芽米	大根としめじのカレー フレンチサラダ 果物(りんご) 麦茶	牛乳 焼きそば
22	金	りんごジュース	胚芽米	鯖のみそ煮 けんちん汁 茎わかめの炒め煮	牛乳 せんべい
25	月	牛乳	胚芽米	春巻 豆腐のスープ 果物(みかん缶・もも缶)	ココアミルク バームクーヘン
26	火	牛乳	胚芽米	おからのハンバーグ にんじんグラッセ 野菜スープ	牛乳 ピザトースト
27	水	麦茶 チーズ	胚芽米	洋風ポトフ フルーツヨーグルト 麦茶	牛乳 きなこ麩のラスク
28	木	牛乳	胚芽米	ポークビーンズ チンゲン菜のスープ シーチキンサラダ	牛乳 おから豆乳ケーキ

◎は完全給食の日です。都合により献立に変更がある場合がありますので、ご了承ください。

作りたいメニューがありましたら保育士まで声を掛けてください。

給食だよ!



まだまだ寒さが続きますが暦の上では春を迎えます。季節の変わり目には体調をくずしやすいと言われています。バランスの良い食事を心がけて寒さを乗り切りましょう。

1食当たり平均栄養価

	3~5歳 (主食除く)	1~2歳 (完全給食)
エネルギー	420Kcal	509Kcal
たんぱく質	18.0g	18.6g
脂質	17.6g	16.7g
食塩	2.2g	1.8g

「節分」

“季節が分かれるとき”という意味で「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をすべて節分といいました。

特に立春の節分に豆をまく「豆まき」の行事は中国から伝わった風習で、春を迎えるにあたって、邪気や災難を払い1年の無病息災を願った行事です。



2月2日(土)は……



平成30年度

さくら保育園

発表会