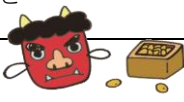
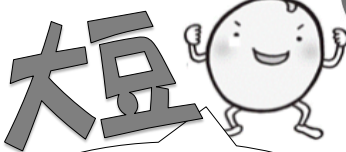


日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
1	金	はっこうにゅう	だいずごはん よしのじる いわしのつみれあんかけ	おひたし りんご	むしパン ぎゅうにゅう	こめ だいず こんぶ じゃこ しょうゆ しお さけ なまあげ にんじん だいこん ねぎ ししだけ こんじやく ほうれんそう でんぷん いわしつみれ さとう えのきたけ ほうさい いとけずり りんご むしパン きゅうにゅう	プリン ミニわかめちゃん
2	土	かし むぎちゃ	しおラーメン マーミナーチャンプルー ようなしかん		メロンパン ゼリー ぎゅうにゅう	ラーメン ぶたにく ねぎ もやし にんじん きくらげ にんにく しょうが にら しお こまあぶら ガラ ちんげんさい なまあげ ベーコン しょうゆ あぶら こしょう ようなしかん メロンパン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト
4	月	プリン	ごはん ふとほうれんそうのみそじる にくどうふ	ひじきのいために はくとうかん	パンネのかぼちゃソース	こめ はなふ ほうれんそう たまねぎ みそ ぶたにく とうふ ししだけ いんげん さとう しょうゆ さけ ひじき にんじん あぶらあげ あぶら はくとうかん マカロニ かぼちゃペースト ベーコン きゅうにゅう なまクリーム しお こしょう パセリ	ベジタブルせんべい ゼリー(オレンジ)
5	火	チーズ りんごジュース	ココアパン ミネストローネスープ タンドリーチキン	ポテトサラダ ゼリー(グレープ)	ごへいもち むぎちゃ	ココアパン マカロニ キャベツ たまねぎ にんじん ベーコン トマト しお こしょう ガラ とりにく ヨーグルト カレールー あぶら じゃがいも コーン グリーンピース マヨネーズ ゼリー こめ もちこめ あかみそ さとう みりん こま むぎちゃ	きなこせんべい やさしいジュース
6	水	はっこうにゅう	きびごはん わかめとはくさいのすましじる まつかぜやき	にびたし みかん	あおのりじゃがバター ぎゅうにゅう	こめ きび わかめ にんじん ほうさい しょうゆ しお とりにく おから ねぎ しょうが パン みそ たまご さとう こま あぶら もやし こまつな しめじ あぶらあげ みかん じゃがいも のり バター ぎゅうにゅう	やきおにぎり むぎちゃ
7	木	かぼちゃボーロ むぎちゃ	ごはん サンズウタン さかなのオネーズやき	もやしサラダ りんごかん	きりたんぼじる きなこぼろ	こめ とうふ にんじん だれのこ ハム ちんげんさい しょうゆ しお さけ ガラ メルルーサ こしょう マヨネーズ オイスターソース パセリ もやし いんげん パプリカ ちゅうかドレッシング りんごかん きりたんぼ とりにく こほう あぶらあげ ねぎ きなこぼろ	やさしいウエハース にゅうさんきん いんりょう
8	金	ゼリー (グレープ)	カレーライス ちんげんさいのスープ	コールスローサラダ せとか	アップルロールパン のむヨーグルト	こめ むぎ ぶたにく たまねぎ にんじん じゃがいも あぶら こむぎこ バター カレールー しお クチャップ ソース グリーンピース チャツネ ガラ ちんげんさい ベーコン こしょう しょうゆ キャベツ コーン きゅうり フレンチドレッシング せとか アップルロールパン のむヨーグルト	はいがクッキー むぎちゃ
9	土	かし むぎちゃ	とりなんばんうどん だいごんとツナのもの りんごかん		コーンロールパン ゼリー ぎゅうにゅう	うどん とりにく ちくわ たまねぎ ししだけ にんじん わかめ しょうゆ しお みりん でんぷん だいこん ツナ さとう りんごかん コーンロールパン ゼリー きゅうにゅう	かし ヨーグルト
12	火	とっとちゃん せんべい ぶどうジュース	わかめごはん たぬきじる かれのいしモンしょうゆやき	きりほしだいごんのサラダ おうとうかん	きなこトースト ぎゅうにゅう	こめ わかめ こんじやく にんじん だいこん キャベツ とうふ ねぎ あかみそ かれい あぶら レモン しょうゆ さとう みりん きりほしだいごん いんげん わふうドレッシング おうとうかん しょくパン きなこ バター きゅうにゅう	クラッカー ゼリー(アップル)
26	火	とっとちゃん せんべい ぶどうジュース	ごはん にらとうふのすましじる さわらのさいきょうやき	ちくぜんに おうとうかん	きなこトースト ぎゅうにゅう	こめ にら とうふ ねぎ しお しょうゆ さわら みりん さいきょうみそ あぶら とりにく にんじん ししだけ こほう こんじやく いんげん あぶら おうとうかん しょくパン きなこ バター きゅうにゅう	クラッカー やさしいジュース
13	水	えいじ ビスケット むぎちゃ	スパゲティミートソース キャベツとまいだけのスープ	かいそうサラダ はっこうにゅう	おにぎり(いりこなめし) むぎちゃ	スパゲティ バター あぶら ぶたにく にんじん たまねぎ にんにく トマト こむぎこ ソース とりにく キャベツ まいだけ しお こしょう ガラ かいそう だいこん わふうドレッシング はっこうにゅう こめ いりこなめし のり むぎちゃ	ココアむしパン むぎちゃ
14	木	チーズ りんごジュース	ごはん もすくのスープ むししゅうまい	ちゅうかふうサラダ ゼリー(グレープ)	せんべいじる あじつけこざかな	こめ ねぎ もすく にんじん とうふ しょうゆ しお でんぷん ガラ しゅうまい もやし キャベツ ちゅうかドレッシング ゼリー おつゆせんべい こほう とりにく あぶらあげ ほうれんそう さけ あじつけこざかな	やさしいウエハース にゅうさんきん いんりょう
15	金	ヨーグルト	ごはん ごじる とりにくのしおこうじやき	いんげんのきんぴらに せとか	パインロールパン ぎゅうにゅう	こめ だいこん にんじん とうふ わかめ ねぎ みそ とうにゅう とりにく しおこうじ いんげん ぶたにく こんじやく さとう しょうゆ みりん こまあぶら せとか パインロールパン きゅうにゅう	カルテツ おさかなサブシ むぎちゃ
16	土	かし むぎちゃ	きのこスパゲティ ポトフ おうとうかん		シュガートースト ゼリー ぎゅうにゅう	スパゲティ ツナ たまねぎ にんじん えのきたけ しめじ ししだけ しょうゆ しお こしょう パセリ あぶら ウィナー ベーコン キャベツ じゃがいも ガラ おうとうかん シュガートースト ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト
23	土	かし むぎちゃ	みそあじうどん なまあげのそぼろに りんごかん		クリームパン ゼリー ぎゅうにゅう	うどん ぶたにく ちくわ にんじん たまねぎ あぶらあげ ほうれんそう みそ みりん なまあげ グリーンピース しょうゆ さとう さけ でんぷん りんごかん クリームパン ゼリー きゅうにゅう	かし ヨーグルト
25	月	ヨーグルト	むぎごはん たまねぎとあぶらあげのみそじる さかなのさんみやき	じゃがいものそぼろに みかん	かぼちゃケーキ ぎゅうにゅう	こめ むぎ わかめ たまねぎ あぶらあげ みそ メルルーサ みりん こま のり しょうが しょうゆ あぶら じゃがいも にんじん ぶたにく グリーンピース さとう さけ みかん かぼちゃペースト こむぎこ しお ベーキングパウダー シナモン たまご きゅうにゅう	ミニわかめちゃん むぎちゃ

*材料の都合で、献立を変更することがあります。

2月3日は節分!

節分といえはば...



小さな体に、
「畑の肉」といわれるくら
い、たくさんの栄養を
もっています!

みんな、私たち「大豆」のなかまだよ!



≪3歳以上児≫				
	エネルギー	たんぱく質	脂肪	
今月の献立	565Kcal	20.9g	14.0g	
園の目標値	590Kcal	23.0g	16.0g	
≪3歳未満児≫				
	エネルギー	たんぱく質	脂肪	
今月の献立	519Kcal	18.9g	12.2g	
園の目標値	530Kcal	21.0g	14.0g	



保育園では、2月1日に節分の給食を食べます。
節分にいわしを食べるのは、『魔除け』の意味をもっています。
節分の風習で柊(ひいらぎいわし)という飾りつけがあります。柊の枝に鰯の頭を刺したも
ので、とがったものや臭いものが苦手な鬼を、撃退する役目があるといわれています。

