

2月の予定献立

令和元年度

ときわ・ことり保育園

月	火	水	木	金	土
 <p>～福を呼ぶ節分の豆まき～ 季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むためです。そして、鬼をやっつけるのに大きな豆＝「大豆」を使います。 鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しみましょう！</p> <p style="text-align: right;">ナツメ社 食育ガイド 参考</p>					1 保育参観 給食休み
3 節分集会 おにさんコロック 大豆サラダ コンソメスープ パン缶 牛乳 せんべい	4 八宝菜 ひじきの煮物 キウイ 牛乳 ビスケット	5 食育の日（すみれ組） 鶏肉の香草焼き マッシュポテト マーボー春雨 みかん缶 牛乳 ポップおこし	6 ハヤシライス 韓国風サラダ バナナ 牛乳 ビスケット	7 さばの味噌煮 胡麻和え ブルーベリー ホットココア クッキー	8 肉団子の旨煮 三色サラダ 一口ゼリー 牛乳 せんべい
10 豆腐の和風煮 ブロッコリーソテー 黄桃缶 牛乳 ジャムサンド	11 建国記念の日	12 鮭のムニエル おかか和え ブルーベリー 麦茶 焼きそば	13 おふの卵とじ がんもの含め煮 野菜スープ みかん缶 牛乳 せんべい	14 ハンバーグ 人参のグラッセ フレンチサラダ パン缶 牛乳 ビスケット	15 ポークカレー 切干大根の和え物 一口ゼリー 牛乳 クッキー
17 五目ちゃんぽん ツナポテト ブルーベリー 麦茶 水餃子	18 ドライビーンズ ひじきの煮物 黄桃缶 牛乳 クッキー	19 <お誕生会> <白ごはんなし> チキンライス 白身魚フライ 春雨の和え物 すまし汁 キウイ 麦茶 プリン	20 クリームシチュー 韓国風サラダ バナナ 牛乳 ビスケット	21 鶏肉の青のり焼き 野菜炒め みかん缶 牛乳 せんべい	22 チャンプル 三色サラダ 一口ゼリー 牛乳 ビスケット
24 天皇誕生日 振替休日	25 マーボー豆腐 スパゲッティソテー わかめスープ パン缶 牛乳 ビスケット	26 オムレツ ブロッコリーの和え物 ブルーベリー 牛乳 せんべい	27 メカジキの野菜ソースかけ 切干大根の煮物 黄桃缶 牛乳 ビスケット	28 ミートローフ コーンソテー 和風サラダ みかん缶 牛乳 クッキー	29 チャプチェ いろいろサラダ 一口ゼリー 牛乳 せんべい

平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
未満児	511kcal (500kcal)	20.1g (20.0g)	15.3g (14.9g)	1.6g (1.7g)
以上児	391kcal (375kcal)	20.6g (20.0g)	17.5g (17.0g)	2.1g (2.3g)

() 内は目標値
 ・ちゅうりっぷ、もも、たんぼぼ組…給食（主食を含む）、午前・午後のおやつ
 ・すみれ、ひまわり、ゆり組…給食（主菜・副菜のみ）、午後のおやつ

ちゅうりっぷ・もも・たんぼぼ組
午前のおやつ

月	牛乳	せんべい
火	牛乳	ビスケット
水	牛乳	クッキー
木	牛乳	せんべい
金	牛乳	ビスケット
土	牛乳	クッキー

主食「白ごはん」

～おしらせ～	
完全給食 (白ごはんなし)	19日
お弁当持参日	1日

担当：秋山