

月	火	水	木	金	土																																	
ちゅうりっぷ・もも・たんぼほ組 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」		1 鱈のマヨコーン焼き 昆布の煮物 黄桃缶 牛乳 ビスケット	2 チャンブル 青菜の炒め物 パイン缶 牛乳 クッキー	3 <節分> おにさんコロック 大豆のサラダ すまし汁 みかん缶 牛乳 ポップおこし	4 鶏肉と野菜の塩あん ツナの和え物 一口ゼリー 牛乳 せんべい																																	
6 チンジャオロース スパゲティソテー 黄桃缶 牛乳 クッキー	7 鮭の味噌焼き ブロッコリーサラダ ブルーン 牛乳 せんべい	8 五目ちゃんぽん 切干大根の煮物 パイン缶 牛乳 ビスケット	9 <誕生会> <白ごはんなし> おかかごはん ミートボール ハムサラダ コンソメスープ みかん缶 麦茶 ピーチゼリー	10 クリームシチュー じゃこ和え パナナ 牛乳 せんべい	11 建国記念の日																																	
13 豚肉のブルコギ風 がんもの含め煮 みかん缶 牛乳 ビスケット	14 おふの卵とじ ジャーマンポテト パイン缶 麦茶 ラーメン	15 豆腐の和風煮 春雨サラダ ブルーン 牛乳 せんべい	16 鯖のみぞれがけ ひじきの煮物 白菜スープ みかん缶 牛乳 ビスケット	17 鶏肉の塩こうじ焼き 大豆のサラダ 黄桃缶 牛乳 クッキー	18 保育参観 給食休み 弁当持参																																	
20 八宝菜 切干大根の煮物 みかん缶 ホットココア ビスケット	21 しゅうまい ブロッコリーサラダ 中華スープ ブルーン 牛乳 クッキー	22 カレイの青のり焼き ナポリタン パイン缶 麦茶 チャーハン	23 天皇誕生日	24 ハヤシライス じゃこ和え 黄桃缶 牛乳 せんべい	25 チンジャオロース ナムル 一口ゼリー 牛乳 ビスケット																																	
27 マカロニグラタン 和風サラダ みかん缶 牛乳 クッキー	28 親子煮 ベーコンポテト ブルーン 牛乳 せんべい	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="5">平均栄養価</th> </tr> <tr> <th></th> <th></th> <th>エネルギー(kcal)</th> <th>たんぱく質(g)</th> <th>脂質(g)</th> <th>塩分(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">未満児</td> <td>給与量</td> <td>493</td> <td>20.2</td> <td>14.1</td> <td>1.2</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>463</td> <td>19.7</td> <td>12.8</td> <td>1.5</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">以上児</td> <td>給与量</td> <td>390</td> <td>21.7</td> <td>15.5</td> <td>1.4</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>322</td> <td>21.7</td> <td>14.2</td> <td>1.4</td> </tr> </tbody> </table> <p>・ちゅうりっぷ、もも、たんぼほ組…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</p>				平均栄養価							エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	未満児	給与量	493	20.2	14.1	1.2	目標量	463	19.7	12.8	1.5	以上児	給与量	390	21.7	15.5	1.4	目標量	322	21.7	14.2	1.4
平均栄養価																																						
		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)																																	
未満児	給与量	493	20.2	14.1	1.2																																	
	目標量	463	19.7	12.8	1.5																																	
以上児	給与量	390	21.7	15.5	1.4																																	
	目標量	322	21.7	14.2	1.4																																	

～お知らせ～	
完全給食 (白ごはんなし)	9日
弁当持参	18日

節分について

豆 季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気をはらい清めます。
 季節の変わり目には天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼（病気）を追い払うのです。

焼嗅（ヤイカガシ） 戸口にいわしの頭やひいらぎをさします。
いわし いわしの臭みで鬼が近づかないように。
ひいらぎ 葉のとげで鬼の目を刺して家中への侵入を防ぐため。
 芽ばえ社 保育園の食事&健康だより 参照