

2月予定献立表



広田保育園

	月	火	水	木	金	土		
未満児 主 食 副 食	<div style="background-color: #4b618c; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> 今月の1日予定平均 栄養摂取量 エネルギー : 522kcal たんぱく質 : 20.0g 脂 肪 : 20.1g </div>		1 ごはん ● 卵グラタン ● コーンサラダ ・ 大根汁 ・ りんご	2 ごはん ・ 鶏肉の甘辛焼き ● シーフードサラダ ● せんべい汁 ● ミントマト	3 節分 ● 鬼ライス ● 大豆入りハンバーグ ・ 三色サラダ ・ キャベツのスープ ・ スウィーティー	4 手作り弁当の日 ・ 牛乳 		
おやつ			・ 黒糖蒸しパン ・ 牛乳	・ りんごカスタード ・ 麦茶	・ さつまいも入りおもち ・ 牛乳			
未満児 主 食 副 食	6 ごはん ● 魚のホイル焼き ・ わかめサラダ ・ 卵スープ ・ キウイフルーツ	7 たかたのゆめの日 ・ 炒り鶏 ・ さつまいもサラダ ・ きのことスープ ・ りんご	8 ごはん ● ツナとチーズの卵焼き ● ダイコンサラダ ・ 油揚げのみそ汁 ・ みかん	9 卵ごはん ・ 豚の角煮 ● ごま ドレッシングサラダ ・ かにぼつとう ・ スウィーティー	10 ごはん ・ マーボー豆腐 ・ もやしのナムル ・ はんぺんスープ ・ バナナ	11 建国記念の日 		
おやつ	・ 豆乳ババロア ・ せんべい	● ジャコトースト ・ 牛乳	・ かまもち ・ 牛乳	・ アップルパイ ・ 牛乳	・ プチパン ・ 牛乳			
未満児 主 食 副 食	13 ごはん ・ パインとハムのステーキ ・ 親子サラダ ● 豆腐のみそ汁 ・ りんご	14 ごはん ● コロッケ ・ りんごサラダ ・ わかめスープ ・ みかん	15 ごはん ・ 八宝菜 ● 中華風サラダ ・ 豆麩のみそ汁 ・ スウィーティー	16 お誕生会 ・ カレーうどん ● エビフライ ・ ブロッコリーサラダ ・ いちご	17 ごはん ・ 豚肉の柳川もどき ・ きゅうりもみ ・ 玉葱のみそ汁 ・ キウイフルーツ	18 ごはん ● 変り納豆 ・ さつまいもひじき煮 ・ 牛乳 ・ バナナ		
おやつ	・ 芋かりんとう ・ 牛乳	● ココアケーキ ・ 牛乳	・ ごまおこし ・ 牛乳	・ フルーツロール ・ 牛乳	・ メロンパン風ラスク ・ 牛乳			
未満児 主 食 副 食	20 ごはん ・ 鶏みそ焼き ・ ヤーコンの煮付 ● ラーメン入り かきたま汁 ・ りんご	21 ごはん ・ ひじき卵 ・ 大豆サラダ ● なめこ汁 ・ みかん	22 ひじきごはん ● 鮭のムニエル ・ ヤーコンサラダ ・ 凍り豆腐のみそ汁 ・ スウィーティー	23 天皇誕生日 	24 ごはん ・ ベーコンエッグ ・ じゃがいもサラダ ・ もやしのみそ汁 ・ キウイフルーツ	25 ごはん ・ とりごま煮 ・ 白菜とベーコンのサラダ ・ 牛乳 ・ バナナ		
おやつ	・ 小倉白玉 ・ 牛乳	● カルピスゼリー ・ せんべい	・ 卵サンド ・ 牛乳		・ 石垣もち ・ 牛乳	また食べたい!		
未満児 主 食 副 食	27 ごはん ・ 肉じゃが ・ ブロッコリーのお浸し ・ かきたま汁 ・ キウイフルーツ	28 ごはん ・ エビカツ ● めかぶの和え物 ・ ベーコンスープ ・ みかん	2月の食育 2月の食育はお箸の正しい持ち方とまめ運びゲーム・おはしのマナーについてお話をする予定です。				リクエストメニュー ● のついたメニューは子ども達からのリクエストメニューです たくさんのリクエストありがとうございました♪ 3月にもあります! 	
おやつ	・ アメリカンドック ・ 牛乳	・ 米粉パイナップルケーキ ・ 牛乳						



豆まき

豆まきに使うのは、いった大豆です。大豆はお米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気を払い、自分の年の数(または年の数+1粒)の豆を食べ、1年の幸福を祈りましょう。



ヒラギイワシ

ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したものをヒラギイワシといいます。ヒラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の玄関や門に飾って鬼を追い払います。

保育園の小さいお友達を守るために年長さんと一緒にヒラギイワシを作り、各お部屋に飾る予定です。



マナー違反に注意! きらいばし

一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。



刺しばし 	寄せばし 	迷いばし 	ねぶりばし 	涙ばし 	持ちばし 	探りばし 	はし渡し
----------	----------	----------	-----------	---------	----------	----------	----------

