

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	<p>今月の1日平均栄養摂取量</p> <p>エネルギー：505kcal たんぱく質：19.5g 脂 肪：19.3g</p>		<p>リクエストメニュー また食べたい!</p> <p>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</p> <p>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!</p>			<p>1 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のソテー 玉葱とベーコンの カレー炒め <p>若布スープ バナナ</p>
おやつ						
未満児 主 食 副 食	<p>3 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 大豆入り ハンバーグ カミカミサラダ しめたま汁 みかん 	<p>4 たかたのゆめの日</p> <ul style="list-style-type: none"> 卵グラタン 豚肉とピーマンの 炒め物 キャベツのスープ りんご 	<p>5 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚のホイル焼き 切干サラダ けんちん汁 スウィーティー 	<p>6 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> すき焼き かぼちゃサラダ 玉葱のみそ汁 キウイフルーツ 	<p>7 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 茹卵の ミートソースかけ ごまもやし ベーコンスープ バナナ 	<p>8 手作り弁当の日 牛乳</p>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> クッキー 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 小倉蒸しパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きそばパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> かまもち 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> スイートポテト 牛乳 	
未満児 主 食 副 食	<p>10 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> パインとハムの ステーキ シーフードサラダ 春雨スープ ミニトマト 	<p>11 建国記念の日</p>	<p>12 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが 青菜としめじの お浸し 油揚げのみそ汁 みかん 	<p>13 お誕生会</p> <ul style="list-style-type: none"> カレーうどん 鶏みそ焼き コーンとポテトのサラダ いちご 	<p>14 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ♥ポテトコロケ りんごサラダ すまし汁 スウィーティー 	<p>15 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 変り納豆 南瓜含め煮 青菜のみそ汁 バナナ
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> メロンパン風ラスク 牛乳 		<ul style="list-style-type: none"> ポンデドーナツ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツロール 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ラスク 牛乳 	
未満児 主 食 副 食	<p>17 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 鮭のみそ みりん焼き 千草和え 肉うどん キウイフルーツ 	<p>18 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 五目大豆 ワカメの酢の物 かきたま汁 りんご 	<p>19 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 八宝菜 中華風サラダ きのこのスープ みかん 	<p>20 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の野菜巻 大徳寺和え キャベツのみそ汁 スウィーティー 	<p>21 しめじごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ベーコンエッグ 深山和え ふのりのみそ汁 バナナ 	<p>22 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> はんぺんの チーズ焼き もやしの炒め物 豆腐のみそ汁 ミニトマト
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> フレンチトースト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> グラノーラクッキー 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> マーラーカオ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> パンナコッタ せんべい 	<ul style="list-style-type: none"> ふかし芋 牛乳 	
未満児 主 食 副 食	<p>24 振替休日</p>	<p>25 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ヤンニョムチキン ブロッコリーサラダ 五目スープ みかん 	<p>26 ごまごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> ひじき卵 ジャーマンポテト 若布のみそ汁 キウイフルーツ 	<p>27 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 小魚と大豆の からめ煮 さつま芋サラダ 五目うどん りんご 	<p>28 ごはん</p> <ul style="list-style-type: none"> 煮魚 ヤーコンサラダ つくね汁 バナナ 	<p>2月の食育</p> <p>お箸の正しい持ち方 とお箸のマナーに ついてお話しします。 その後、豆運び競争 をする予定です。♪</p>
おやつ		<ul style="list-style-type: none"> 白玉団子黒蜜かけ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツゼリー せんべい 	<ul style="list-style-type: none"> キャロットケーキ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ハムサンド 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。



ヒイラギイワシ

ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したものをヒイラギイワシといいます。ヒイ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。

今年も1月28日、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イラギイワシを作り、各お部屋に飾りました。



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。



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

