



2月の予定献立表



令和7年

竹駒保育園

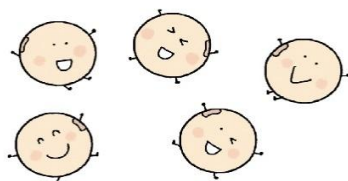
曜日	月	火	水	木	金	土
日	～ 気を付けましょう 食事のマナー ～					1
献立						鶏肉のソテー 玉葱のカレー炒め 若布スープ バナナ
未満児 主食						ごはん
おやつ	茶碗・汁椀を持って食べる	食べながら話をしない	食事中に立ち歩かない			
日	3	4	5	6	7	8
献立	ハンバーグ カミカミサラダ しめたま汁 みかん	♡ほかほかごはん♡ ベーコンエッグ 深山和え ふのりのみそ汁 りんご	魚のホイル焼き 拌三糸 けんちん汁 スイーティ	すき焼き風煮 かぼちゃサラダ 玉葱のみそ汁 キウイフルーツ	豚肉の野菜巻き 大徳寺和え すまし汁 バナナ	手作り弁当
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	豆乳パバロア せんべい	スイートポテト 牛乳	かまもち 牛乳	メロンパン風ラスク 牛乳	小倉蒸しパン 牛乳	
日	10	11	12	13	14	15
献立	ハムのステーキ シーフードサラダ 春雨スープ キウイフルーツ	建国記念日 	肉じゃが 青菜としめじのお浸し 油揚げのみそ汁 みかん	茹で卵ミートソース ごまもやし ベーコンスープ スイーティ	チキンナゲット 切干サラダ かきたま汁 キウイフルーツ	変わり納豆 かぼちゃ含め煮 青菜のみそ汁 バナナ
未満児 主食	ごはん		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
おやつ	焼きそばロール 牛乳		マーラーカオ 牛乳	ひじきせんべい 牛乳	ココアケーキ 牛乳	
日	17	18	19	20	21	22
献立	鮭の味噌みりん焼き 干草和え 肉うどん キウイフルーツ	☆ほかほかごはん☆ 五目大豆 若布の酢の物 じゃが芋のみそ汁 りんご	八宝菜 中華風サラダ きのこスープ みかん	♡誕生会♡ カレーピラフ エビフライ ツナサラダ わかめスープ いちご	卵グラタン 豚肉とピーマン炒め キャベツのみそ汁 スイーティ	はんぺんチーズ焼き もやしの炒め物 豆腐のみそ汁 ミニトマト
未満児 主食	ごはん	しめじごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
おやつ	フレンチトースト 牛乳	オートミールクッキー 牛乳	さつま芋素揚げ 牛乳	ケーキ 牛乳	パンナコッタ せんべい	
日	24	25	26	27	28	
献立	振替休日 	☆ほかほかごはん☆ 煮魚 ヤーコンサラダ つくね汁 バナナ	ひじき卵 ジャーマンポテト わかめのみそ汁 キウイフルーツ	炒り豆腐 小松菜のごま和え 南瓜のみそ汁 りんご	ヤンニョム風チキン ブロッコリーサラダ 五目スープ みかん	
未満児 主食		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
おやつ		白玉団子黒みつかけ 牛乳	フルーツゼリー ビスケット	人参バターケーキ 牛乳	ハムサンド 牛乳	

節分

節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の白のことで、季節のかわる節分の白です。現在は立春の前の白だけをいうようになりました。節分には豆まきをします。災いや病気を鬼に見立てて、豆をまくことで追いはらい、福を呼び込みます。「鬼は外、福は内」のかけ声で豆まきをしますが、この時のかけ声は、地域によって違いがあります。



大豆は畑の肉



大豆は良質のたんぱく質を多く含んでいるため、「畑の肉」とも呼ばれています。大豆はしょうゆやみそ、豆腐、納豆などの原料として、昔から日本で食べられてきた身近な食品です。

～ 今月の一平均栄養所要量 ～

	未満児	以上児
エネルギー	500Kcal	401Kcal
たんぱく質	19.8g	18.7g
脂質	18.6g	19.2g

