




がつこんだててよいひょう
2月献立予定表

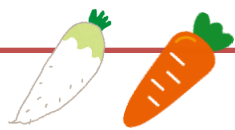
ひづけ 曜日	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	2024.2 聖隷こども園わかば		幼児		乳児		
				おやつ		エネルギー	脂質 g	エネルギー	脂質 g	
				乳児10時	乳幼児3時	たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g	
1	もく木		ミートソースパスタ りんご お茶	大豆とポテのいそ揚げ	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 おに 鬼まんじゅう	616 25.0	20.5 0.7	529 22.8	18.9 0.7
2	きん金	まめまき	赤おにライス 豚汁 お茶	れんこんのおかか煮 もも缶 お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 みかん・お菓子	595 19.2	18.5 2.0	452 14.7	13.0 1.5
3	ど土		焼きうどん フルーツ	チンゲン菜のスープ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	486 18.3	13.6 1.4	436 15.8	12.3 1.1
5	げつ月		ゆかりごはん みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)	焼き豆腐ナゲット バナナ お茶	菜の花入りごま和え お茶	お茶 チーズ	589 20.2	14.7 1.2	472 17.7	13.9 1.2
6	か火		食パン じゃが芋のスープ	鶏肉のカレーマヨ焼き キウイ	パインサラダ 牛乳	お茶 バナナ	548 25.7	14.6 1.1	437 19.3	12.0 0.8
7	すい水		ごはん みそ汁(大根・えのき)	ウインナーとキャベツの卵焼き りんご お茶	ナムル お茶	とうにゅう 豆乳 せんべい	587 18.8	17.7 2.1	532 18.4	17.8 2.0
8	もく木		けんちんうどん パイン缶	大学芋 お茶	トマト	お茶 ヨーグルト	535 19.4	11.6 1.7	440 17.4	10.5 1.3
9	きん金		ごはん すまし汁(白菜・わかめ)	魚のかば焼き オレンジ お茶	人参しりしり	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	535 19.4	15.2 1.1	512 18.8	16.8 1.1
10	ど土		鮭わかめごはん 眞沢山みそ汁	フルーツ ゼリー お茶		お茶 お菓子	449 13.4	4.1 1.3	385 11.4	4.3 1.1
12	げつ月	ふりかえきゅうじつ 振替休日					-	-	-	-
13	か火		食パン やさいさんのチャウダースープ	厚揚げのトマト煮 パイン缶 牛乳	ブロッコリー	お茶 バナナ	615 23.3	20.3 1.3	518 18.6	17.2 1.1
14	すい水		手巻き寿司(玉子・ツナきゅうり・甘煮人参・かんぴょう・焼肉)	やさいさんのごもくじり汁 りんご お茶		とうにゅう 豆乳 せんべい	644 18.5	22.3 1.3	572 17.8	21.4 1.2
15	もく木		塩ラーメン オレンジ	やさいさんのお芋サラダ お茶		お茶 クラッカー	542 19.6	17.7 2.0	419 15.1	14.0 1.6
16	きん金		ごはん みそ汁(豆腐・なめこ)	魚の照り焼き バナナ お茶	◎やさいさんの筑前煮	お茶 チーズ	726 27.1	19.5 1.2	513 21.3	16.0 1.2
17	ど土	たのしいつどい					-	-	-	-
19	げつ月		ハヤシライス オレンジ	春雨サラダ お茶	トマト	ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ	638 18.7	20.5 1.6	512 16.6	18.5 15.0
20	か火		焼きそば パイン缶	ほうれん草のサラダ お茶	チーズ	お茶 ヨーグルト	629 24.5	23.4 1.9	524 20.7	19.0 1.4
21	すい水		ごはん すまし汁(白菜・えのき)	魚のみそ煮 バナナ お茶	納豆和え	お茶 せんべい	552 21.5	16.5 1.6	470 19.6	15.8 1.3
22	もく木	たんじょうかい 誕生会	のり塩チキンドック コーンスープ	マカロニサラダ りんご 牛乳		お茶 ビスケット	602 22.9	28.7 1.8	484 18.0	23.5 1.3
23	きん金	てんのうたんじょうび 天皇誕生日					-	-	-	-
24	ど土		パン2種 フルーツ	ポトフ 豆乳		お茶 お菓子	437 16.6	9.5 1.3	396 14.5	9.0 1.1
26	げつ月		こぎつねごはん みそ汁(じゃが芋・もやし)	ちくわのカレー焼き バナナ お茶	トマト	お茶 クラッカー	575 21.4	13.2 2.0	474 17.7	12.4 1.7
27	か火		豆乳パン 押し麦のスープ	鶏肉の香草焼き りんご 牛乳	蒸し野菜	お茶 チーズ	490 22.3	19.4 1.7	373 18.0	16.3 1.4
28	すい水		ごはん さつま芋汁	魚のさんが風味焼きレモンソース いちご お茶	ちはなちゃんサラダ	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ	529 24	15.3 1.7	482 21.9	15.7 1.4
29	もく木		しょうゆラーメン パイン缶	金時煮豆 お茶	スティックきゅうり	お茶 ヨーグルト	483 18.0	10.0 1.8	428 17.1	10.2 1.5

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★今月の絵本給食★

『やさいさん』(学研)

にんじんやじゃが芋など、いつもの食事で食べている食材がしかけ絵本になっているので皆で楽しめます。葉っぱのイラストを見てクイズにするのですが、すぐに「にんじ〜ん」と大合唱で教えてくれます。苦手な食材も楽しい経験を通して興味を持ってくれたら嬉しいです。



★今月のお料理で全国制覇★

今月は千葉の郷土料理をアレンジしたメニューをご紹介します。房総半島の海ではアジ、イワシなどの魚がたくさんとれます。その魚を細かくたたいて、みそと香味野菜を混ぜて焼いた料理を「さんが焼き」といいます。子どもたちが食べやすいように少しアレンジして提供します。また、千葉県のマスコットキャラクターの「ちはなちゃん」をイメージしたサラダを付け合わせにしました。おやつは煮干しをかりんとう風仕上げさせていただきます。

今年も節分の季節になりました。2日に節分の行事として「豆まき」を予定しています。「鬼は外」「福は内」と大きな声で邪気を追い払えるといいですね。給食では子どもたちが元気で健やかに成長するよう願いを込めて、毎年恒例の「赤おにライス」を作ります。お楽しみに♪