

《2月予定献立表》

平成31年

西多賀チェリー保育園



日	曜	3歳未満児おやつ	主 食	昼 食	午後のおやつ
1	金	せんべい 麦茶	ごはん	鬼ハンバーグ 雪菜のごま和え みそ汁	いよかん プリン 表ファー
2	土	クラッカー 牛乳	ごはん	さわらの味噌照り焼き 3色お浸し(チンゲン菜)	バナナ 小さな歌舞伎揚げ 牛乳
3	日				
4	月	麦ファー 牛乳	ごはん	大豆入りカレー チンゲン菜の和え物(ベーコン) 福神漬け	りんご きなこトースト 牛乳
5	火	ビスケット 牛乳	ごはん	鮭の磯辺焼き ブロッコリーサラダ すまし汁	いよかん クロワッサン 牛乳
6	水	りんご 麦茶	タンメン	野菜炒め 磯風味フライドポテト	みかん ジャムパン 牛乳
7	木	麦ファー 牛乳	ごはん	豆腐の松風焼き ひじきの和え物 みそ汁(玉ねぎ、人参、白菜)	バナナ チーズ蒸しパン 牛乳
8	金	クラッカー 牛乳	ごはん	白身魚のごまだれ焼き チンゲン菜のうま煮 キャベツのみそ汁	いよかん ナポリタン 麦茶
9	土	ビスケット 牛乳	ごはん	鶏肉のパーベキューソース コーンサラダ	みかん ぼたぼた焼き 牛乳
10	日				
11	月				
12	火	ぼたぼた焼き 麦茶	ごはん	さばの竜田揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁(玉葱、じゃが芋、油揚げ)	いよかん マカロニきなこ 麦茶
13	水	りんご 麦茶	食パン	ブロッコリーのシチュー ナムル(ほうれん草)	みかん ひじきごはん 麦茶
14	木	麦ファー 麦茶	ごはん	豆腐ハンバーグ 雪菜のごま和え さつまいものみそ汁	りんご マドレーヌ ジュース
15	金	ビスケット 牛乳	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き じゃが芋のきんぴら みそ汁(豆腐、大根、玉葱)	バナナ クリームパン 牛乳
16	土	クラッカー 牛乳	ごはん	さわらの味噌照り焼き 3色お浸し(チンゲン菜)	みかん せんべい 牛乳
17	日				
18	月	クラッカー 牛乳	ごはん	春雨と豚肉の炒め煮 コールスローサラダ すまし汁(きのこ)	りんご ソフトビスケット ビビピチーズ 麦茶
19	火	麦ファー 麦茶	赤飯	白身魚フライ かぶとキャベツの浅漬け みそ汁(豆腐、小松菜、大根)	いよかん ココアトースト 牛乳
20	水	ビスケット 牛乳	ごはん	豆腐の松風焼き ひじきの和え物 みそ汁(玉ねぎ、人参、白菜)	オレンジ バナナケーキ 牛乳
21	木	りんご 麦茶	タンメン	野菜炒め 磯風味フライドポテト	みかん しらすおかごはん 麦茶
22	金	せんべい 麦茶	おにぎり	豚汁 漬け物	いよかん 源氏パイ 牛乳
23	土	クラッカー 牛乳	ごはん	鶏肉のパーベキューソース コーンサラダ	バナナ アスバラガス 牛乳
24	日				
25	月	麦ファー 牛乳	ごはん	大豆入りカレー チンゲン菜の和え物(ベーコン) 福神漬け	りんご パームクーヘン 牛乳
26	火	せんべい 麦茶	ごはん	さばの竜田揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁(玉葱、じゃが芋、油揚げ)	みかん 焼きうどん 麦茶
27	水	クラッカー 牛乳	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き じゃが芋のきんぴら みそ汁(豆腐、大根、玉葱)	いよかん スティックパン 牛乳
28	木	りんご 牛乳	ごはん	鮭の磯辺焼き ブロッコリーサラダ すまし汁	バナナ 五平餅 麦茶

節分

節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。「鬼は外」の掛け声と共に、豆をまくのは豆にある霊力をもって、災いをはらう意味があります。また、豆まきに使う大豆は芽が出ると縁起が悪いことから必ず炒ったものを使います。

豆まきが済んだら、1年間無事に過ごせるようお願いながら、自分の年齢よりもひとつ多く豆を食べましょう。

今年(2019年)の恵方

甲(きのえ)＝東北東

- ・節分を境に迎える新しい都市を良い年にしたいと願い、厄除けを行います。
- その節分に願いをこめて食べる行事食として定着したのが、恵方巻き

インフルエンザやノロウイルスが流行する時期です...

手洗いがいっしょに、良い年を迎えましょう!

今月の栄養	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3歳未満児	495	17.6	16	0.7
3歳以上児	572	20.5	17.4	1.9

※都合により変更になる場合があります。ご了承下さい。