



予 定 献 立 表

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
0～2歳児	448	16.3	13.2	1.7
3～5歳児	461	16.8	13.5	1.8

					1日(土)
					中央ながかみこども園
					ご飯 魚の照り焼き,香味焼き キャベツと人参のごま酢和え しめじとさつまいものすまし汁
					☆
3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
♡ビスケット・牛乳	♡いもけんぴ・飲むヨーグルト	♡おせんべい・牛乳	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト	♡クラッカー・牛乳	中央ながかみこども園
ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 大根とツナのサラダ もやしと玉ねぎの味噌汁	ピンパ井 海藻サラダ 春雨とコーンとチンゲン菜の中華スープ 果物	ご飯 魚の焼きおろし煮 三色野菜のごま和え 厚揚げと小松菜の味噌汁	親子うどん ジャーマンポテトサラダ 果物	ご飯 豆腐ハンバーグ ひじきのサラダ 白菜とわかめの味噌汁	ご飯 魚の照り焼き 切干大根のサラダ じゃがいもと玉ねぎの味噌汁
☆抹茶カステラ・牛乳	☆野菜ジュース蒸しパン・牛乳	☆れんこんもち・牛乳	☆スコッキー・牛乳	☆おでん・牛乳	☆
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
♡かぼちゃクッキー・牛乳		♡おせんべい・牛乳	♡豆乳クッキー・飲むヨーグルト	♡チーズクラッカー・牛乳	中央ながかみこども園
ご飯 豚肉のしょうが焼き 切干大根のサラダ さつまいもとわかめの味噌汁	建国記念日	ドライカレー ごまだれサラダ 彩り野菜のコンソメスープ 果物	ご飯 魚の塩焼き 鶏ひき肉入りきんぴらごぼう 豆腐となめこの赤だしの味噌汁	ご飯 鶏団子鍋 パリパリきゅうりのサラダ 果物	ご飯 魚の味噌マヨ焼き 三色ナムル 玉ねぎとわかめの中華スープ
☆フルーツヨーグルト・クラッカー		☆芋ごまがらめ・牛乳	☆じゃがいものチーズ焼き	☆ココアブラウニー・牛乳	☆
17日(月)	18日(火) ファミリーデー	19日(水) ファミリーデー	20日(木) ファミリーデー	21日(金)	22日(土)
♡ビスケット・牛乳	♡チーズ入りかまぼこ・飲むヨーグルト	♡おせんべい・牛乳	♡ゴーフレット・飲むヨーグルト	♡クラッカー・牛乳	中央ながかみこども園
ご飯 スペインオムレツ フレンチサラダ お麩と玉ねぎの味噌汁	あんかけ焼きそば お芋とチーズのコロコロサラダ 果物	ご飯 サバの味噌煮 おなます 青菜とえのきのすまし汁	ロールパン ミネストローネ お豆のサラダ 果物	お弁当の日	ご飯 鶏肉の照り焼き フレンチサラダ さつまいもと玉ねぎの味噌汁
☆マーラーカオ・牛乳	☆稲荷寿司	☆にんじんポッキー・牛乳	☆豆乳もち	☆中華あんまん・牛乳	☆
24日(月)	25日(火) 誕生会	26日(水)	27日(木)	28日(金)	
	♡いもけんぴ・飲むヨーグルト	♡おせんべい・牛乳	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト	♡チーズクラッカー・牛乳	
振替休日	ピラフ ポトフ マカロニサラダ 果物	ご飯 アジフライ 春雨ともやしときゅうりのサラダ かぼちゃと油揚げの味噌汁	ご飯 高野豆腐と根菜の煮物 きゅうりのゆかり和え キャベツとしめじの味噌汁	ひなちらし ほうれん草のごま和え けんちん汁 果物	
	☆バナナブレッド・牛乳	☆汁ビーフン・牛乳	☆フレンチトースト・牛乳	☆3色ひなあられ・甘酒	

♡ 午前おやつ ☆ 午後おやつ

2月2日は“節分”

節分とは季節の分かれ目を表す言葉で、立春・立夏・立秋・立冬の前日の事を言い、年に4回ありました。立春の前日は、旧暦で年の分かれ目に当たる重要な日だったため、しだいにこの日だけ「節分」として呼ぶようになり、伝承されるようになりました。節分にはさまざまな風習があります。

豆まき…季節の変わり目に起こりがちな災害や病気を鬼に見立て、追い払う儀式です。「鬼は外、福は内」と言って豆をまき、その豆を年の数だけ食べる風習は健康(まめ)に暮らせるようにという縁起によるものです。いわし…焼いた時の匂いで鬼を追い払うという意味があり、またいわしは栄養があり昔から悪い事を追い払うとされています。ひいらぎ…葉のトゲで鬼の目を刺して家の中への侵入を防ぐ意味があります。



- ◆ファミリーデー 2月18日(火)
2月19日(水)
2月20日(木)
- ◆誕生会 2月25日(火)
- ※食材料仕入状況等により、献立表と異なることもありますのでご了承ください。 徳本