



# 2月の献立

盛こども園



|     | 日(月)                                | 日(火)                              | 1日(水)  | 2日(木)   | 3日(金)                            | 4日(土)          |
|-----|-------------------------------------|-----------------------------------|--|---|----------------------------------|----------------|
|     |                                     |                                   | 〈完全給食〉<br>こぎつねごはん<br>かぼちゃの甘煮<br>いわしのつみれ汁<br>ミニゼリー        | 肉団子<br>マカロニサラダ<br>コーンと野菜の<br>スープ<br>トマト               | 鶏肉と大豆の<br>揚げ煮<br>大根のみそ汁<br>いちご   | 焼きそば<br>わかめスープ |
|     |                                     |                                   | 牛乳<br>バナナ  | 麦茶<br>ごへいもち   | 牛乳<br>豆类子                        | 麦茶<br>せんべい     |
|     | 6日(月)                               | 7日(火)                             | 8日(水)  | 9日(木)   | 10日(金)                           | 11日(土)         |
| 昼食  | 肉豆腐<br>さつまいも汁<br>バナナ                | ぶり大根<br>ポテトサラダ<br>トマト             | 〈完全給食〉<br>中華丼<br>わかめスープ<br>デコポン                          | つくね揚げ<br>ゆでブロッコリー<br>白菜のみそ汁<br>オレンジ                   | 酢豚<br>切干大根の<br>ごまマヨ和え<br>みかん     | 〈建国記念日〉        |
| 15時 | 牛乳<br>ホットケーキ                        | 麦茶<br>米粉まんじゅう                     | 牛乳<br>ウエハース  | 牛乳<br>ラスク   | 牛乳<br>鮭おにぎり                      |                |
|     | 13日(月)                              | 14日(火)                            | 15日(水)   | 16日(木)  | 17日(金)                           | 18日(土)         |
| 昼食  | 鶏のさっぱり煮<br>シルバーサラダ<br>ほうれん草の<br>みそ汁 | たらのみそ焼き<br>わかめのナムル<br>すまし汁<br>いちご | 誕生会<br>〈完全給食〉<br>スパゲティ<br>ナポリタン<br>コンソメスープ<br>みかんゼリー     | 五目煮豆<br>すいとん汁<br>バナナ                                  | 厚揚げのみそ炒め<br>中華スープ<br>オレンジ        | おにぎり<br>うどん    |
| 15時 | 牛乳<br>きなこクッキー                       | 牛乳<br>ココア蒸しパン                     | 牛乳<br>ドーナツ   | 牛乳<br>せんべい  | 麦茶<br>なべやき                       | 麦茶<br>せんべい     |
|     | 20日(月)                              | 21日(火)                            | 22日(水)   | 23日(木)  | 24日(金)                           | 25日(土)         |
| 昼食  | じゃがいもの<br>そぼろ煮<br>春雨サラダ<br>豆腐スープ    | 鮭のカレー焼き<br>卵の花炒り<br>かぶのみそ汁<br>バナナ | げんちゃん<br>レストラン<br>〈完全給食〉<br>ピザ<br>わかめサラダ<br>野菜スープ<br>いちご | 〈天皇誕生日〉<br>ばら組さんプロデ<br>ューストピザ作り<br>に挑戦!               | 五目納豆<br>切干大根煮<br>わかめのみそ汁<br>デコポン | 〈希望保育〉         |
| 15時 | 牛乳<br>がんづき                          | 牛乳<br>せんべい                        | 麦茶<br>プリン  |   | 牛乳<br>あんぱん                       |                |
|     | 27日(月)                              | 28日(火)                            | 日(水)   | 日(木)  | 日(金)                             | 日(土)           |
| 昼食  | 鶏のから揚げ<br>ひじきサラダ<br>いらのみそ汁<br>トマト   | スペイン風<br>オムレツ<br>ブロッコリー<br>豆乳スープ  |  | 旬の食材<br>大根 かぶ 白菜 ほうれん草<br>ぶり たら わかめ デコポン<br>いよかん<br>他 |                                  |                |
| 15時 | 牛乳<br>きなこ棒                          | 麦茶<br>わかめおにぎり                     |  |   |                                  |                |

## 2月3日は節分

豆には成長に欠かせない栄養素がたくさん含まれています。豆まきに加え、豆料理を食べて体の中から鬼を追い払い、病気に負けない体をつくりましょう。

- ・献立は都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。
- ・今月の平均栄養量は435kcal、1日の平均塩分量は1.9gです。

