



こんげつの よてい こんだてひょう

平成25年 2月分

施設長	主任	担当者	

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(金)	クリームスパゲティレバーの甘煮 牛乳 りんご	せんべい スポンジ	ももゼリー	ご飯 牛乳	豆まき	406	14.0	13.3	1.4
2(土)	ソフトフランスピーナツパン 中華ソーテー 牛乳 みかん	ミルクプリン せんべい	バナナ	ピーナツパン 牛乳		549	19.9	14.6	2.1
3(日)					節分				
4(月)	のっぺい汁 鶏肉のさっぱり煮 バナナ	ドリンクヨーグルト 干し芋	たまごボーロ 牛乳	ご飯 パプリカソーテー		289	15.0	10.7	1.2
5(火)	ししゃも揚げ 青菜和え 八朔 ほうじ茶	おやつパン(チョコ) 牛乳	プリン	ご飯 かき玉汁		270	12.5	13.0	1.1
6(水)	照り焼きチキン ポテトサラダ オレンジ ほうじ茶	チーズおにぎり ミルミル	Caウエハース 牛乳	ご飯 大根汁		429	14.4	17.1	1.3
7(木)	煮込みおでん 漬け物 りんご ほうじ茶	ビスコ 牛乳	アスパラガス スポンジ	ご飯 かぶ汁	○	340	15.1	14.0	3.2
8(金)	★キャラおにぎり お好み焼き フライドポテト 野菜生活 みかん たい焼き★	ポップコーン せんべい ジョア(プレーン)	牛乳	★お店やさんごっこ★	○	478	13.5	9.6	1.8
9(土)	甘バターサンド ミートソースグラタン 牛乳 オレンジ		クラッカー ヤクルト	甘バターサンド 牛乳		438	17.0	16.2	1.5
10(日)									
11(月)	建国記念の日								
12(火)	ハムカツ キャベツ和え みかん ほうじ茶	ビスケット 牛乳	りんごゼリー	ご飯 白菜汁		307	12.9	11.4	1.7
13(水)	鮭のごまマヨ焼き 水菜サラダ バナナ ほうじ茶	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	動物ビスケット 牛乳	ご飯 きゃべつ汁		321	16.3	15.4	1.7
14(木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 八朔 ほうじ茶	マヨネーズパン 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 小松菜汁		431	16.1	24.0	1.6
15(金)	お誕生会★ 鬼さんハンバーグランチ 冬野菜スープ ヤクルト いちご★	アイスクリーム	麩菓子 牛乳	鬼さんハンバーグランチ		519	18.8	15.0	1.8
16(土)	スパゲティパン 豆乳 プレーン 伊予柑	せんべい ヤクルト400	たまごボーロ 牛乳	スパゲティパン 豆乳		534	14.6	11.7	1.6
17(日)									
18(月)	チーズカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	ドリンクヨーグルト 干し芋	バナナ	ご飯 牛乳		353	13.7	12.0	1.7
19(火)	焼き魚 春雨サラダ 金時煮豆 ほうじ茶 みかん	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 かぶ汁		393	19.7	17.7	0.9
20(水)	焼き肉 ビーフソテー 伊予柑 ほうじ茶	クラッカー チーズ ジョア	Feウエハース 牛乳	ご飯 かき玉汁		399	18.4	16.2	1.7
21(木)	ひじきの寄せ煮 スクランブルエッグ りんご ほうじ茶	大学いも 牛乳	元気ヨーグルト	ご飯 豆腐汁		342	12.8	16.8	1.1
22(金)	ソース焼きそば ボイルウインナー 牛乳 オレンジ	ももゼリー せんべい	アスパラガス スポンジ	ご飯 牛乳		356	12.3	16.7	1.0
23(土)	クリームサンド 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 みかん	バナナ	せんべい ヤクルト	クリームサンド 牛乳		596	22.4	23.1	1.4
24(日)									
25(月)	シュリンプシチュー 切り干し大根とさつま揚げの煮物 伊予柑	手作りヨーグルト 食べる小魚	麩菓子 牛乳	ご飯 青菜和え		308	17.8	6.9	2.1
26(火)	さばの味噌煮 豆まめサラダ バナナ ほうじ茶	おやつパン(玄米) 牛乳	ミルクプリン	ご飯 きゃべつ汁		453	19.8	22.1	1.6
27(水)	ミートボール 温野菜 みかん ほうじ茶	せんべい ヤクルト400	Feウエハース 牛乳	ご飯 白菜汁		335	13.9	9.9	1.7
28(木)	五目納豆 さつま芋のバター煮 オレンジ ほうじ茶	手作りマドレーヌ 牛乳	バナナ	ご飯 小松菜汁		370	13.8	16.9	1.1

今月の食育目標

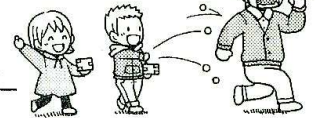
食事のマナーを守ろう



災いを追い払う日 節分

もともと「節分」とは、季節の変わり目の前日のことをいいます。そのうち、春の節分だけが行事として残ったとされ、この日は災いや邪気を鬼に見立て、「鬼は外、福は内」などのかけ声と共に豆をまいて追い払います(かけ声は地域によって異なります)。まいた豆は自分の年の数(またはプラス1個)を食べると、病気になるまいといわれています。

このほか、その年の恵方に向けて太巻きずしを食べるとその一年はよいことがあるとされています。



*材料の都合により献立を変更する場合があります。

門田報徳保育園

