

# 2月のこんだて



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー	
1	水	果汁	和風豆腐ハンバーグ・ごぼうサラダ・春雨スープ・果物	シュガートースト・牛乳(100)	446	
2	木	牛乳	ピザ風卵焼き・さつま芋とブロッコリーのソテー・豆乳スープ	りんごのコンポートヨーグルト和え・ビスケット	399	
3	金	スポロン	いわしボール・わかめの酢の物・節分汁・果物	菓子・牛乳(200)	455	
4	土	果汁	豚丼・果物・ヨーグルト	希望保育のみおやつ持参		
5	日					
6	月	やさしいジュース	ぶりの梅みそ照り焼き・切り干し大根の煮物・みそ汁・果物	マドレーヌ・牛乳(100)	424	
7	火	牛乳	鶏肉のマーマレード焼・かぼちゃサラダ・野菜の塩スープ	プリンアラモード	400	
8	水	ヨーグルト	スコッチエッグ・さつま芋のおろし和え・五目汁	みそ焼きおにぎり・お茶	398	
9	木	果汁	豆まめドライカレー・菜果サラダ・あさりスープ	チョコバナナのパンケーキ・牛乳(100)	451	
10	金	スポロン	じゃが芋のチンジャオロース・中華そばサラダ・みそ汁・果物	菓子・牛乳(200)	433	
11	土	<b>建国記念の日</b>				
12	日					
13	月	果物	さばのみそ煮・春雨ソテー・けんちん汁	お好み焼き・牛乳(100)	422	
14	火	やさしいジュース	豆腐の揚げ団子・白菜の磯和え・みそ汁・果物	ココアブラウニー・ミニジョア	463	
15	水	果汁	<b>&lt;おむすびの日&gt;</b> カレーコロッケ・ブロッコリーのゆかり和え・ジンジャースープ	おやつ春巻き・牛乳(100)	401	
16	木	牛乳	鶏すき・水菜とれんこんのごま和え・みそ汁・果物	チャーハン・麦茶	422	
17	金	スポロン	<b>&lt;ほかほかごはんの日&gt;</b> たらまヨネーズパン粉焼き・長いものジャーマンポテト・せりのすまし汁	菓子・牛乳(200)	450	
18	土	果汁	スパゲティナポリタン・果物・ヨーグルト	希望保育のみおやつ持参		
19	日					
20	月	果物	鶏肉と野菜のうま煮・青菜のおかか和え・みそ汁	ふりかけトースト・牛乳(100)	411	
21	火	ミニジョア	<b>&lt;お誕生会&gt;</b>		アップルパイ・お楽しみ飲み物	
22	水	やさしいジュース	さわらのみそチーズ焼き・ひじきのきんぴら・かき玉スープ・果物	おやつパン・牛乳(100)	417	
23	木	<b>天皇誕生日</b>				
24	金	果汁	ミートローフ・さつま芋の白和え・みそ汁・果物	菓子・牛乳(200)	458	
25	土	<b>&lt;お弁当の日&gt;</b>				
26	日					
27	月	牛乳	豚肉の生姜焼き・切干大根サラダ・みそ汁・果物	納豆スパゲティ・麦茶	383	
28	火	やさしいジュース	骨太卵焼き・トマトサラダ・あんかけラーメン	フライビーンズ・牛乳(100)	454	



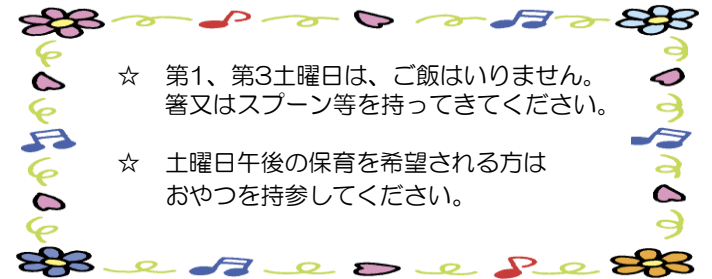
## 2月の予定

**15日(水) おむすびの日**  
 手作りのおむすびを持ってきてください。

**17日(金) ほかほかごはんの日**  
 年長児がお米を研いでご飯を炊きます。炊き上がったご飯を食べるので、すみれ組とさくら組は、空のお弁当箱を持ってきてください。たんぼ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

**21日(火) お誕生会**  
 お楽しみ給食なのでご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。

**4日(土) お弁当の日**  
**25日(土)**  
 お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分のおやつを忘れずに持ってきてください。



☆ 第1、第3土曜日は、ご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。

☆ 土曜日午後の保育を希望される方はおやつを持参してください。

### 1月の栄養摂取量

	エネルギー		たんぱく質		脂質		塩分	
区分	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児
1月分	583	435	23.1	21.7	19.3	20.3	1.6	1.7

※午前のおやつは3歳未満児のみです。 ※※エネルギー(kcal)は3歳以上児の数値です

都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。