

2月 献立表

日	曜		全児副食	全児間食	未満児間食	未満児主食
1	土	方財小発表会 (ひまわり)	厚揚げの卵とじ丼、三色なます、果実	牛乳・菓子	牛乳・Caせん べい	ご飯
2	日					
3	月	節分豆まき 細巻きクッキング	細巻き、鶏の香味焼き、ブロッコリー、清汁	チョコ蒸しパン、牛乳	豆乳 パン	ご飯
4	火		ハンバーグ、野菜サラダ、わかめスープ	黄粉もち、お茶	野菜ジュース ふかし芋	ご飯
5	水		えび入りかき揚げ、ゆで野菜、清し汁、果実	揚げパン、豆乳	牛乳・ウイン ナー	ご飯
6	木	お点前	ポークビーンズ、海藻サラダ、そうめん汁、果実	卵サンド、豆乳	牛乳・ちりめん	ご飯
7	金	分園交流会 (大ちゅうりっぷ)	魚のチーズ風味フライ、小松菜とパプリカの和え物、ミルクスープ、果実	フレンチトースト、牛乳	牛乳・サブレ	ご飯
8	土		ごま入りみそ煮込みうどん、ちくわと野菜の煮物、果実	牛乳・お菓子	牛乳・クッキー	うどん
9	日					
10	月		キーマカレー、ほうれん草の磯和え、果実	ぜんざい、お茶	牛乳・ふかし南 瓜	ご飯
11	火					
12	水	英語	ひじき炒め、パンバンジー、みそ汁	チーズちくわのまん 丸ドーナツ、豆乳	牛乳・果実	ご飯
13	木	お点前	チキンカツ、野菜の昆布和え、春雨スー プ、果実	梅が枝もち、お茶	牛乳・コーンフ レーク	ご飯
14	金		魚の竜田揚げ、さっぱりサラダ、コンソメ スープ、果実	マーブルケーキ、牛 乳	豆乳 パン	ご飯
15	土		チャンポン、厚揚げの甘煮、果実	牛乳・果実	牛乳・果実	中華麺
16	日					
17	月		冬野菜シチュー、切り干し大根のごま酢和 え、果実	ホットケーキ、牛乳	牛乳・クラッ カー	ご飯
18	火		おでん、煮豆、ごぼうサラダ、果実	ジャムサンド、飲む ヨーグルト	牛乳 ふかし 芋	ご飯
19	水	英語 わくわくランチ	山海おこわ、手作りチキンナゲット、和風 スパゲティーサラダ、清し汁、果実	プリンアラモード	牛乳・ウイン ナー	もち米
20	木	お点前	魚の南蛮漬け、がんもどきの甘煮、豚汁	ボンデケーキ、牛 乳	飲むヨーグル ト、食パン	ご飯
21	金	弁当日	弁当日	ちりめおにぎり、お 茶	牛乳・人参ス ティック	弁当日
22	土		豚丼、海藻サラダ、果実	牛乳・パン	牛乳・ビスケッ ト	ご飯
23	日					
24	月					
25	火		香味揚げ、春雨の酢の物、油揚げと白菜 のスープ	あんこ玉、お茶	豆乳 パン	ご飯
26	水		チキンカレー、白菜のごま和え、果実	じゃこトースト、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
27	木	お点前 方財小給食会(ひまわり)	マーボー豆腐、マカロニサラダ、すまし 汁	おからと人参のケ ーキ、牛乳	牛乳・果実	ご飯
28	金		魚の中華あんかけ、白和え、清汁、果実	コーンスープ、食 パン	豆乳・ウエ ハース	ご飯
29	土		スパゲティーミートソース、ドレッシングサ ラダ、果実	牛乳・果実	牛乳・コーンフ レーク	スパゲ ティー



食育だより

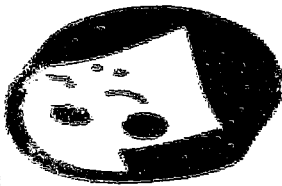


節分とは???

字の通り、季節の変わり目のことで、四季それぞれの前日を

節分といいます。現在では、立春の前日が「節分」として

その風習が伝承されるようになり、年2月3日頃巡ってきます。



鬼は外



「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、という日本独特の風習がありますが、「鬼」は冬の寒さや病気、災難などの悪いことをあらわしています。豆を食べるのは健康(まめ)に暮らせるようにという縁起によるものです。



福は内



畑のお肉



大豆



豆まきの豆は大豆です。大豆は良質なタンパク

質が豊富で、大豆から作られるものは、どれも栄

養満点！そのうえ消化吸収がよくなります。