

今月の目標

しっかり摂ろう野菜・果物！！

上段：1, 2歳児のおやつ

月	火	水	木	金	土	給食だより	
							
			1 豆乳、クッキー、みかん 焼きうどん 野菜のフレーク和え バナナ きのこのかき玉汁 牛乳、茶飯ご飯、スルメ	2 豆まき 牛乳、ポーロ、バナナ 鬼ご飯(そぼろご飯) 青梗菜とカニの和え物 いちご 洋風味噌汁  牛乳、豆おこし、せんべい	3 牛乳、せんべい、オレンジ 食パン(ジャム) フランクフルトのケチャップ煮 グリーンサラダ りんご 小魚 牛乳、ザクザククッキー	<p>節分で家族間のコミュニケーション</p> <p>2月は節分の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった鬼に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。この機会にぜひ、お子様とのコミュニケーションを図りましょう。</p> 	
5 牛乳、ポーロ、りんご ご飯 煮魚 刻み昆布の炒り煮 ミニトマト オレンジ とん汁風味噌汁 牛乳、おでん、スルメ	6 豆乳、せんべい、オレンジ あんかけ焼そば 蓮根と竹輪のサラダ バナナ ひじきの中華スープ 牛乳、ヨーグルトパンケーキ	7 牛乳、クッキー、いちご ハヤシライス 大根サラダ グレープフルーツ 小魚 牛乳、塩焼きそば	8 豆乳、ウエハース、バナナ 黒糖パン 鶏肉のマーレード焼き コールスローサラダ いちご パンプキンスープ 牛乳、鮭フレークご飯	9 牛乳、ビスケット、みかん 炊き込みご飯 ウインナー もやしとにらの和え物 りんご 味噌汁(小松菜、生揚げ) 牛乳、干し芋、いちご	10 牛乳、クラッカー、りんご ドライカレー 豆苗サラダ みかん トマトと卵のスープ 牛乳、あんこトースト		
振替休日		13 豆乳、ポーロ、みかん 五目うどん 揚げポーロの炒め煮 青梗菜のおかか和え バナナ 小魚 牛乳、カリカリ梅の混ぜご飯 スルメ	14 齒科検診 牛乳、クッキー、りんご ブルコギ丼 小松菜とピーナッツの中華和え いちご 豆腐スープ 牛乳、ビスケット、バナナ	15 豆乳、ウエハース、いちご コッペパン 鶏肉の香草焼き 野菜のサラダ ミニトマト みかん マッシュルームスープ 牛乳、おかめうどん	16 牛乳、クラッカー、オレンジ ご飯 魚の竜田揚げ 人参の土佐煮 きゅうり漬け りんご かぶの味噌汁 牛乳、ピザ餃子		17 牛乳、ビスケット、バナナ クリームスパゲティ カラフルサラダ オレンジ 大根スープ 牛乳、五平もちご飯
19 牛乳、クラッカー、りんご ご飯 魚の梅焼き 切り干し大根の酢の物 ミニトマト オレンジ 味噌汁(キャベツ、玉葱) 牛乳、シュガーラスク	20 豆乳、せんべい、オレンジ スパゲティミートソース かぼちゃとチーズのサラダ バナナ コンソメスープ 牛乳、すいとん汁	21 牛乳、クッキー、バナナ ふりかけご飯 干草卵焼き きんぴらごぼう オレンジ 豚肉とエリンギの味噌汁 牛乳、そうめんチャンプルー	22 誕生日会 豆乳、ウエハース、みかん 彩りいなり寿司 鶏の味噌焼き ブロッコリーの胡麻和え いちご 花魁と三つ葉の澄まし汁 牛乳、お楽しみケーキ	23 牛乳、ビスケット、いちご 食パン(ジャム) クラムチャウダー 小松菜サラダ りんご 小魚 麦茶、味噌おにぎり スルメ	24 牛乳、ポーロ、みかん 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のゆかり和え いちご 味噌汁(なめこ、葱) 牛乳、メープルビスケット		
26 牛乳、クラッカー、いちご ご飯 牛肉の炒め物 マカロニサラダ ミニトマト みかん 豆苗の味噌汁 牛乳、あんかけビーフン	27 豆乳、ウエハース、オレンジ みそラーメン コロケ きゅうりの中華和え バナナ 小魚 牛乳、ココア蒸しパン	28 牛乳、ポーロ、りんご チャーハン もやしの洋風サラダ いちご 海藻スープ 牛乳、スノーボールクッキー					

※ 都合により献立が変更になる場合があります。