



こんだてひょう(以上児)

- ・食材調達の都合上、調理方法や食材をかえて提供する事があります。
- ・午前に牛乳が提供されます。
- ・主食にご飯が提供されます。

【目標】 はしとちやわん じょうずにもちましよう

だしのご園

月	火	水	木	金	土
2	3 豆まき会	4	5	6	7
☆ひじきと豆腐のハンバーグ ☆青のりこふきいも ☆マカロニカレー味サラダ ☆果物 ☆みそ汁	☆いわし梅煮 ☆キャベツベーコン炒め ☆きゅうりともやしのナムル ☆豆乳プリン ☆太巻き ☆豚汁	☆鶏肉ケチャソース焼き ☆ビーフソテー ☆ほうれん草ふりかけ和え ☆果物 ☆みそ汁	☆たらの天ぷら ☆もやしひき肉炒め ☆ブロッコリーごま和え ☆果物 ☆もずくスープ	☆豚肉卵とじ ☆さつまいもマヨ焼き ☆中華サラダ ☆果物 ☆みそ汁	☆鶏肉照り焼き ☆ほうれん草ソテー ☆スパゲッティサラダ ☆果物 ☆スープ
☆麦茶 ☆トマトチーズトースト	☆麦茶 ☆豆乳ラスク	☆麦茶 ☆りんごタルト	☆麦茶 ☆ミニワッフル	☆麦茶 ☆鮭ごはんおにぎり	☆ゼリー
9	10	11	12	13	14
☆かれの野菜あんかけ ☆豚肉と大根煮物 ☆きゅうりの華風漬 ☆果物 ☆みそ汁	☆春巻 ☆鶏肉と白菜のクリーム煮 ☆もやし中華和え ☆果物 ☆スープ	建国記念の日 	☆ハヤシライス ☆エビカツ ☆大根と海草のサラダ ☆果物	☆鮭こうじ漬焼き ☆焼き肉風炒め ☆ポテトサラダ ☆果物 ☆みそ汁	☆ぶりの揚げ煮 ☆きゃべつとウィンナーのソテー ☆ブロッコリー味噌マヨ和え ☆果物 ☆スープ
☆麦茶 ☆フランクフルト	☆麦茶 ☆ビスケットパン		☆みかん	☆麦茶 ☆肉まん	☆麦茶 ☆厚切りバーム
16	17	18	19	20	21
☆ささみ天ぷら ☆じゃがいもそぼろ煮 ☆白菜塩昆布和え ☆果物 ☆みそ汁	☆さばの塩焼き ☆高野豆腐の煮物 ☆スパゲッティサラダ ☆果物 ☆みそ汁	☆ヒレカツ ☆たけのこおかか炒め ☆きゃべつごま和え ☆果物 ☆みそ汁	☆赤魚つけ焼き ☆卵とトマト甘酢炒め ☆ゆでブロッコリー ☆果物 ☆塩ラーメン	☆鶏肉照り焼き ☆マーボー豆腐 ☆ほうれん草おかか和え ☆果物 ☆みそ汁	☆ミックスフライ ☆もやし卵とじ ☆かぼちゃサラダ ☆果物 ☆スープ
☆麦茶 ☆パンせんべい	☆麦茶 ☆いちごスティックケーキ	☆麦茶 ☆クリームブッセ	☆デコボン	☆ヨーグルト	☆麦茶 ☆ワッフル
23	24	25	26	27	28
天皇誕生日 	☆ハンバーグ ☆れんこん金平 ☆野菜ごまマヨ和え ☆果物 ☆みそ汁	☆鶏肉味噌チーズ焼き ☆おでん風煮 ☆かみかみサラダ ☆果物 ☆すまし汁	☆鮭つけ焼き ☆刻み昆布炒り煮 ☆パンパンジー風サラダ ☆果物 ☆みそ汁	☆ポークカレー ☆ピーマンとベーコンの卵焼き ☆コールスローサラダ ☆果物	☆お好み焼き風卵焼き ☆じゃがいもカルボナーラ ☆ほうれん草ツナ和え ☆果物 ☆八杯汁
	☆麦茶 ☆ピザトースト	☆麦茶 ☆フライドポテト	☆麦茶 ☆サブレ	☆麦茶 ☆ミニワッフル	☆ゼリー

節分の“やいかがし”

節分には柵(ひいらぎ)の枝に焼いたイワシの頭を刺す「やいかがし(焼嗅)」を飾る風習があります。鬼は焼いたイワシのおいが苦手なので、とがった葉っぱのついた柵の枝にイワシを刺し、鬼が家に入るのを防ぐため門の入り口に飾ようになったといわれています。



大豆から作られる食べもの

大豆は様々な食品に加工されています。豆腐や油揚げ、納豆など和食に欠かせない食材や、みそ・しょう油といった調味料、豆乳やきな粉などおやつ材料になるものもあります。日々の食事の中で、大豆製品を子どもと一緒に探してみるのがいいですね。



※園で使うおしぼりは、毎日洗って乾燥し、汚れがひどい場合は漂白殺菌をしてくださるようお願いいたします。