



泉第2チャイルドもも園

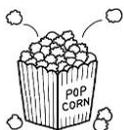
日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	
1	日				
2	月	せんべい	ごはん 鶏肉のレモンソースかけ わかめとコーンのサラダ ワンタン風スープ オレンジ	☆さつまいもチーズ蒸しパン 牛乳	
3	火	ジュース	★鬼ライス ひき肉カレー炒め コンソメスープ ぶどうゼリー	★豆とおからのケーキ 牛乳	
4	水	バナナ	ごはん ぶりのみそ焼き 大根煮 麩のすまし汁 いちご 豆まき会	☆お好み焼き 牛乳	
5	木	ヨーグルト	牛すき焼き丼 白菜お浸し わかめと人参の味噌汁 バナナ	☆あんバタートースト 牛乳	
6	金	せんべい	ごはん かじきのごまだれかけ ほうれん草の海苔和え じゃがいもの味噌汁 いよかん	いちごヨーグルト クラッカー	
7	土	クラッカー 豆乳	豚丼 だいごんの味噌汁 オレンジ	たいやき パック麦茶	
8	日				
9	月	せんべい	ごはん 鶏肉の海苔照り焼き 雪菜のお浸し 油揚げの味噌汁 オレンジ	☆人参とチーズのケーキ 牛乳	
10	火	バナナ	バターロールパン 白菜のシチュー ひじきサラダ いよかん	☆きつねおにぎり お茶	
11	水	建国記念の日			
12	木	ヨーグルト	わかめうどん 干草焼き ツナサラダ バナナ	☆カレー風味ポテト 牛乳	
13	金	せんべい	ごはん 鮭の照り焼き 小松菜の煮びたし かぶの味噌汁 いよかん	☆ウインナーパイ 牛乳	
14	土	クラッカー 豆乳	鶏照り丼 じゃがいもの味噌汁 バナナ	源氏パイ ジュース	
15	日				
16	月	せんべい	ごはん 鶏肉のレモンソースかけ わかめとコーンのサラダ ワンタン風スープ オレンジ	カステラ 牛乳	
17	火	バナナ	米粉パン 白身魚フライ かぼちゃチーズサラダ 牛乳 いちご	☆ひじきごはん お茶	
18	水	ジュース	★ケチャップライス スコップコロッケ マカロニサラダ わかめスープ ももゼリー	☆ごま蒸しパン 牛乳	
19	木	ヨーグルト	牛すき焼き丼 白菜お浸し わかめと人参の味噌汁 バナナ	☆チーズシュガートースト 牛乳	
20	金	せんべい	ごはん かじきのごまだれかけ ほうれん草の海苔和え じゃがいもの味噌汁 いよかん	☆イチゴジャムスコーン 牛乳	
21	土	クラッカー 豆乳	豚丼 だいごんの味噌汁 オレンジ	たいやき パック麦茶	
22	日				
23	月	天皇誕生日			
24	火	バナナ	バターロールパン 白菜のシチュー ひじきサラダ いよかん	☆青菜と鮭のおにぎり お茶	
25	水	ジュース	ごはん ぶりのみそ焼き 大根煮 麩のすまし汁 いちご	☆焼きそば ジョア	
26	木	ヨーグルト	わかめうどん 干草焼き ツナサラダ バナナ	☆お好み焼きトースト 牛乳	
27	金	せんべい	ごはん 鮭の照り焼き 小松菜の煮びたし かぶの味噌汁 いよかん	☆スイートポテト 牛乳	
28	土	クラッカー 豆乳	鶏照り丼 じゃがいもの味噌汁 バナナ	源氏パイ ジュース	

☆…手作りおやつ

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	食塩相当量g
3歳未満児	529kcal	18.0g	16.8g	1.5g
3歳以上児	604kcal	21.4g	19.8g	1.7g

～食育活動～

2月 20日(金) 以上児 ポップコーンパーティー
2月 27日(金) つる組 太巻き



どうして節分に恵方巻を食べるの？

日本では昔から、長いものは縁起がいいと考えられています。大晦日に年越しそばを食べるのも、そばの麺が細くて長いことから、「何歳になっても元気で過ごせるように」と長寿や延命を願う意味があります。そのため、恵方巻きのような巻き寿司も縁起がいいものと考えられているようです。

また、恵方巻きには、七福神にあやかって海の幸や山の幸など、豪華な7種類の具材を入れることで幸運を呼び込もうという狙いがあるそうです。

