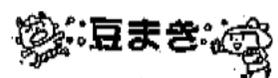


日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
2月	カレー汁 ソウ子のキャベツ ゆで卵	牛肉、卵、人参、玉ネギ、胡瓜、キャベツ	牛乳 果物	牛乳 手作り 蒸しパン
3火	うま煮、大根のみそ汁 厚焼き卵	かぼち、大根、クリームコン、ごぼう、卵	牛乳 クッキー	牛乳 おかき
4水	魚のフライ ニラ卵スープ 酢物	レウウ、人参、ニラ、胡瓜、白菜、わかめ	牛乳 パン	牛乳 ビスケット
5木	ヒジレバーの甘煮、春雨スープ	鶏レバー、人参、玉ネギ、椎茸、白菜、春雨	牛乳 フラワー	牛乳 スコーン
6金	豆腐のまり揚げ	レウウ、カニカマ、生椎茸、胡瓜、揚げ玉	牛乳 ビスケット	牛乳 クッキー
7土	卵とじうどん	わかめ、梅えび、キャベツ、玉ネギ、人参、そば	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
9月	クリーム汁、干草和え、煮卵	ブロッコリー、コン、しめじ、胡瓜、ゆで卵	牛乳 果物	牛乳 クッキー
10火	すき焼き風煮	ハム、中ネギ、大根、えのき、わかめ、糸こんにゃく	牛乳 パン	牛乳 せんべい
12木	炒めビーフン わかめスープ 煮豆	豚肉、ピーマン、ほうれん草、わかめ、金時豆	牛乳 ヨーグurt	牛乳 手作り きなこおぼろ
13金	変わり大学芋 オオムスゴ	ソーセージ、人参、揚げ玉、さつま芋、大豆	牛乳 クッキー	牛乳 フラワー
14土	マーボ豆腐 さつま芋の天ぷら	人参、ニラ、玉ネギ、竹の子、椎茸、豆腐	牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
16月	栄養団子汁 むじき煮、汁まい	かぼち、ごぼう、大根、人参、さつま芋、卵	牛乳 果物	牛乳 クッキー
17火	五目煮豆	ごぼう、めんこん、玉ネギ、クリームコン、大豆	牛乳 クッキー	牛乳 手作り シリアルクッキー
18水	魚の磯辺揚げ 豆腐スープ	魚、ハム、ニラ、胡瓜、コン、わかめ	牛乳 フラワー	牛乳 ビスケット
19木	お誕生会	鶏モモ身、ウィンナー、マカロニ、玉ネギ、コン	牛乳 せんべい	牛乳 ケーキ
20金	ミートスパゲッティ ユースアップ	ベーコン、トマト、パセリ、クリームコン、卵	牛乳 ヨーグurt	牛乳 手作り お好み焼き
21土	八宝菜 春巻	かまぼこ、豚肉、人参、キャベツ、椎茸	牛乳 ビスケット	牛乳 クッキー
24火	おでん風煮 納豆和え	手羽元、ごぼう、天、大根、ほうれん草、厚揚げ	牛乳 果物	牛乳 手作り 肉まん
25水	鯖のレモン煮	鯖、えのき、しめじ、胡瓜、コン、レモン	牛乳 フラワー	牛乳 せんべい
26木	ふわふわ卵焼き	ベーコン、牛乳、ツタ、揚げ玉、キャベツ、椎茸	牛乳 パン	牛乳 手作り ドーナツ
27金	鶏のマスタード焼き	ほうれん草、ピーズ、わかめ、さつま芋、豆腐	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー
28土	和風ちゃんぽん	玉ネギ、揚げ玉、かまぼこ、汁、ごぼう	牛乳 クッキー	牛乳 おかき

食育目標

- ・手洗いうがいをしよう。
- ・良かんて、三角食の習慣を身に付けよう

～食育だよ～



2月3日は節分です。節分には豆まきをして鬼(邪気)を追い払い福を招きます。また、数え歳の数だけ豆を食べると、一年を元気に過ごせると言われています。鬼方巻は、その年の鬼方を向き、願い事をしながら無言で食べるのがルールです。今年の鬼方は「南南東」(やせ南)となります。