


2月のこんだて

R5. 1. 25 太田東保育園

日	1. 2才児		副 食	お や つ	エネルギー(kcal)		行事予定	メモ	
	曜日	午前おやつ			主食	0.1.2才			3.4.5才
1	水	おかき、お茶	ごはん	栄養きんぴら、味付け玉子、塩きゅうり、みそ汁	たこ焼き、牛乳	423	488	避難訓練	<p>2月3日は節分です</p>  <p>「鬼は外！福は内！」 元気の掛け声に合わせて 豆まきしましょう！昔は立春 を一年の始まりとしていたの でその前日、大晦日に無病 息災を願い、魔を滅するに 掛けた豆をまき、その後に 自分の歳の数だけ豆を食べ る習慣がありました。体の 中からも鬼を追い出し、一年 を健康に過ごせるようにしま しょう。</p>
2	木	えびせん、お茶	ふりかけ ごはん	手作り春巻き、ひじきのサラダ、おかかブロッコリー、スープ	バナナケーキ、ジョア	534	576	食育の日	
3	金	ウエハース、お茶	赤飯	鯛の蒲焼き風、きゃべつの昆布和え、ミニトマト、けんちん汁	きな粉白玉、牛乳	470	584	豆まき	
4	土	おかき、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	パン、麦茶	492	503		
6	月	おかき、お茶	ごはん	鮭の塩焼き、ほうれん草ともやしのナムル、ミニトマト、鶏ちゃんこ	チーズ蒸しパン、 りんごジュース	465	472		
7	火	野菜かりんとう、お茶	ごはん	ポークカレー、かみかみ和え、福神漬け、いちご	ひじきせんべい、牛乳	464	537		
8	水	ゼリー、こざかな	ごはん	ハンバーグ、野菜炒め、塩きゅうり、スープ	クッキー、トマトジュース	402	430		
9	木	プリッツ、ジョア	ごはん	鶏肉のオニオントマト煮、マカロニサラダ、スープ	ブラジルパン、牛乳	603	604	身長体重測定	
10	金	チーズ、お茶	ごはん	八宝菜、チキンナゲット、おかかブロッコリー、スープ	ふかし芋、牛乳	452	531	5歳児雪遊び	
13	月	ベジタベる、お茶	ごはん	豚肉といとこの卵とじ、じゃが芋のカレー揚げ、塩きゅうり、スープ	おふのラスク、 野菜ジュース	495	529		
14	火	ヨーグルト、レーズン	ゆかり ごはん	鱈の西京焼き、五目ナムル、ミニトマト、みそ汁	手作りクッキー、牛乳	469	541	※年中児おやつ作り	
15	水	ビスケット、お茶	めん	鶏ちゃんこラーメン、ぎょうざ、ブロッコリーサラダ	ピザトースト、 オレンジジュース	501	551		
16	木	とんがりコーン、お茶	ふりかけ ごはん	スペイン風オムレツ、大豆のケチャップ煮、塩きゅうり、スープ	豆乳プリン、えびせん	466	535		
17	金	サッポロポテト、お茶	ごはん	肉じゃが、野菜入り納豆、昆布マヨブロッコリー、みそ汁	中華ごま団子、牛乳	516	640		
18	土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	395	433		
20	月	芋けんぴ、お茶	ごはん	鶏肉のから揚げ、青菜としめじのソテー、ミニトマト、みそ汁	ホットケーキ、牛乳	498	570	※年長児おやつ作り	
21	火	チーズ、お茶	ごはん	白身魚のマヨネーズ焼き、ひじきの炒め煮、ごまマヨブロッコリー、みそ汁	おやつ焼きそば、ヤクルト	456	478		
22	水	アスパラガス、お茶	パン	フィッシュシチュー、春雨の和え物、いちご	フライドポテト、 ぶどうジュース	519	720		
24	金	Caせんべい、お茶	ごはん	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	フルーツヨーグルト、プリッツ	502	529	交通安全教室	
25	土	おかき、お茶	めん	けんちんうどん、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	329	356		
27	月	ビスコ、お茶	ごはん	こぎつねごはん、ポテトサラダ、おかかブロッコリー、スープ	おかき、ココアミルク	454	477		
28	火	ルヴァン、ジョア	ごは ん	エビフライ、タルタルソース、千切りきゃべつ、スープ	黒ゴマカップケーキ、牛乳	547	588		