



献立予定表



日	曜	未満児		共通		未満児 追加食	共通 3時おやつ	
		10時おやつ	主食	献立名				
1	土	牛乳	ミニ恵方巻き (全園児)	肉うどん 中華サラダ バナナ		れんこんのお焼き		
2	日							
3	月	バナナ	白ごはん	豆腐ハンバーグ カラフル野菜 コーンポタージュ みかん		すり身フライ	スキムミルク ロールパン	
4	火	牛乳	白ごはん	マカロニグラタン わかめのみぞれ和え 春雨スープ りんご		里芋の甘煮	お茶 ハッピーターン	
5	水	牛乳	白ごはん	だぶ 和風もやしサラダ バナナ		チキンボール	スキムミルク ドーナツ	
6	木	温野菜	ごまごはん	竹輪の磯辺揚げ スパゲティサラダ ジャが芋の味噌汁 オレンジ		串さし	牛乳 マドレーヌ	
7	金	バナナ	白ごはん	赤魚の煮付け 野菜炒め きのこの清汁 りんご		トマト	スキムミルク クッキー	
8	土	牛乳	白ごはん	ちゃんぽん トマトサラダ みかん		水餃子		
9	日							
10	月	バナナ	白ごはん	コロケ 野菜サラダ 豆腐の清汁 みかん		ウインナー	スキムミルク ハーベスト	
11	火	建国記念の日						
12	水	牛乳	白ごはん	ポトフ ごま酢和え バナナ		卵豆腐	牛乳 ココアケーキ	
13	木	温野菜	きのこごはん	鰯の竜田揚げ 大根サラダ 薄揚げの味噌汁 オレンジ		茹でブロッコリー	お茶 せんべい	
14	金	バナナ	白ごはん	炒り豆腐 ごぼうサラダ 麩の清汁 りんご		ポテトソテー	お茶 ふかし芋	
15	土	牛乳	白ごはん	塩焼きそば 胡瓜の酢づけ カラフルスープ バナナ		大根のお焼き		
16	日							
17	月	バナナ	ゆかりごはん	松風焼き ツナとひじきのマヨネーズ和え 白菜のスープ りんご		小倉煮	牛乳 パイン蒸しパン	
18	火	牛乳	白ごはん	鶏肉の唐揚げ 鯖の照り焼き マカロニサラダ ミニトマト わかめの清汁 みかん いちご		チーズキャンディ	お茶 ごま団子	
19	水	牛乳	白ごはん	クラムチャウダー もやしと焼豚の和え物 バナナ		茄子のお浸し	スキムミルク クラッカー	
20	木	温野菜	人参ごはん	はんぺんフライ ポテトサラダ コンソメスープ オレンジ		鮭の西京焼き	スキムミルク クッキー 誕生ケーキ (以上児)	
21	金	バナナ	白ごはん	野菜の卵とじ 納豆和え 玉葱の味噌汁 りんご		中華胡瓜	お茶 フルーツヨーグルト	
22	土	牛乳	白ごはん	ミートソーススパゲティ じゃこ酢和え キャベツの清汁 バナナ		ポテトチーズ焼き		
23	日	天皇誕生日						
24	月	振替休日						
25	火	牛乳	のりごはん	きつねうどん ハムともやしの炒め物 オレンジ		鶏肉の甘煮	スキムミルク ウインナー蒸しパン	
26	水	牛乳	白ごはん	ビーフシチュー 胡瓜と竹輪のごま和え バナナ		粉ふき芋	お茶 せんべい	
27	木	温野菜	白ごはん	赤魚塩焼き マセドアンサラダ キャベツの味噌汁 みかん		コーンソテー	牛乳 サーターアングギー	
28	金	バナナ	白ごはん	麻婆春雨 ナムル りんご		きびなごの天ぷら	スキムミルク カスタードケーキ	

※ 1日は全園児恵方巻きになっています。箸のみでお願いします。
 ※ 21日 青組：クッキング(フルーツヨーグルト作り)

【今月の栄養平均】
 未満児：479kcal(主食含む) 以上児：423kcal

節分について

春を迎える立春の前日(2025年2月2日)を「節分」と呼んでいます。鬼(悪い気)を追い出すために煎った豆をまき、年の数だけ豆を食べます。恵方巻きは吉方(2025年は西南西)を向いて太巻きを丸かじりする風習です。

2025年の節分は地球の公転周期と暦年のずれを調整するため、2月2日となっています。そのため、保育園では2月1日(土)に提供します。

