



2月の献立表

(離乳食)



1年でいちばん寒い季節です

節分を過ぎ暦のうえでは春を迎えますが、1年でいちばん寒い季節になります。風邪などの感染予防のためにもうがい・手洗いを欠かさず、バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけましょう。

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜	
2月3日は節分です。「鬼は外、福は内」と豆をまき、年齢の数だけ豆を食べます。今年の恵方巻の吉方は、南南東です☀️ 		1		2		3		4		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	
		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 野菜の煮物 すまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 牛肉と野菜の煮物 里芋の煮物 わかめスープ 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯チキンライス 豆腐ハンバーグ 豆乳スープ 		<ul style="list-style-type: none"> わかめうどん 野菜の煮物 			
3時		お茶・味噌軟飯おにぎり		3時		お茶・おから蒸しパン		3時		お茶・きな粉蒸しパン	
6		7		8		9		10		11	
<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 野菜とマカロニの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみぞれ煮 豆腐のしらすの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス 鶏レバーの煮物 野菜のだし煮 		<ul style="list-style-type: none"> 煮込みうどん さつまいものしらす煮 フルーツ(莓) 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみそ焼き ほうれん草のだし煮 すまし汁 		建国記念の日	
3時		お茶・米粉パンケーキ		3時		お茶・焼きドーナツ		3時		お茶・人参ゼリー	
13		14		15		16		17		18	
<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と大根の煮物 ひじきの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のケチャップ煮 さつまいもの煮物 大根スープ 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 野菜の煮物 すまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 牛肉と野菜の煮物 里芋の煮物 わかめスープ 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚の塩焼き 大根の煮物 豚汁 		<ul style="list-style-type: none"> わかめうどん 野菜の煮物 	
3時		お茶・豆乳もち		3時		お茶・りんご蒸しパン		3時		お茶・人参ゼリー	
20		21		22		23		24		25	
<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 野菜とマカロニの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみぞれ煮 豆腐のしらすの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス 鶏レバーの煮物 野菜のだし煮 		天皇誕生日		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみそ焼き ほうれん草のだし煮 すまし汁 		<ul style="list-style-type: none"> 中華丼 豆腐スープ 	
3時		お茶・米粉パンケーキ		3時		お茶・焼きドーナツ		3時		お茶・人参ゼリー	
27		28		大豆のパワー							
<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と大根の煮物 ひじきの煮物 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のケチャップ煮 さつまいもの煮物 大根スープ 		大豆は様々な栄養素が含まれているバランスの良い食材です。大豆のタンパク質は野菜や穀物よりも肉に近いので「畑の肉」とも言われています。大豆からできるものにはもやし・枝豆・油・味噌・きな粉・醤油・豆腐などがあります。							
3時		お茶・豆乳もち		3時		お茶・りんご蒸しパン					

※食材の仕入れの関係でメニューが変更することがあります。

※朝のおやつは、お茶とフルーツ(または自然菓子)です。

がじゅまる保育園