

2月離乳食献立予定表(中期食)

NO1

秋川あすなる保育園



	午前食	午後食	主な使用材料		
			エネルギーになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1/土	7倍粥 カレイの煮つけ じゃが芋と大根のコロコロ煮 そうめんスープ(人参 玉ねぎ ほうれん草)	おじや (ツナ かぼちゃ 人参 ほうれん草)	こめ じゃが芋 そうめん バナナ	カレイ ツナ	大根 人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ
3/月	7倍粥 豆腐のほうれん草あんかけ かぼちゃと人参のコロコロ煮 大根スープ(麩)	おじや (しらす ほうれん草 人参 じゃが芋)	こめ 麩 じゃが芋	豆腐 しらす	ほうれん草 人参 かぼちゃ 大根
4/火	7倍粥 カレイに煮つけ きゃべつと人参のおひたし みそ汁(大根 玉ねぎ わかめ)	煮込みうどん (豆腐 白菜 人参 小松菜)	こめ うどん	カレイ 豆腐	大根 玉ねぎ わかめ きゃべつ 人参 白菜 小松菜
5/水	パンがゆ ささ身のとろみ煮 じゃが芋とブロッコリーのポツテリ煮 バナナ かぶのスープ(白菜 小松菜)	おじや (しらす ほうれん草 大根 わかめ)	食パン こめ じゃが芋 バナナ	ささ身 しらす	ブロッコリー かぶ ほうれん草 小松菜 大根 わかめ 白菜
6/木	煮込みうどん(わかめ 玉ねぎ 人参 ほうれん草) カジキの煮つけ 小松菜と人参の合わせ煮 バナナ	おじや (ささ身 豆腐 ほうれん草 人参)	うどん こめ バナナ	カジキ ささ身 豆腐	わかめ 玉ねぎ 小松菜 ほうれん草 人参
7/金	7倍粥 ささ身と玉ねぎのポツテリ煮(じゃが芋) 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁(麩 小松菜)	おじや (しらす さつま芋 人参 ほうれん草)	こめ じゃが芋 さつま芋 麩	ささ身 しらす	玉ねぎ 小松菜 人参 ほうれん草 白菜
8/土	煮込みうどん(玉ねぎ 人参 ほうれん草) ツナとじゃが芋のポツテリ煮 大根と人参のコロコロ煮	おじや (さけ きゃべつ 大根 人参)	うどん こめ じゃが芋	ツナ さけ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 大根 きゃべつ
10/月	7倍粥 豆腐とささ身のポツテリ煮 ほうれん草のおひたし(白菜) みそ汁(麩 小松菜)	煮込みうどん (しらす 玉ねぎ 人参 わかめ)	こめ 麩 うどん	豆腐 ささ身 しらす	ほうれん草 白菜 小松菜 玉ねぎ わかめ 人参
12/水	パンがゆ カレイのブロッコリーあんかけ じゃが芋と人参のコロコロ煮 玉ねぎスープ(人参 ほうれん草) バナナ	おじや (しらす ほうれん草 大根 わかめ)	食パン こめ じゃが芋 バナナ	カレイ しらす	ブロッコリー 人参 玉ねぎ ほうれん草 大根 わかめ 白菜
13/木	7倍粥 豆腐のささ身あんかけ 小松菜と人参の合わせ煮 みそ汁(白菜 わかめ) バナナ	煮込みうどん (ささ身 大根 人参 ほうれん草)	こめ うどん バナナ	豆腐 ささ身	小松菜 人参 白菜 わかめ 大根 ほうれん草
14/金	7倍粥 ツナとじゃが芋のポツテリ煮 ブロッコリーと玉ねぎのとろみ煮 白菜スープ(小松菜 人参)	おじや (しらす きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草)	こめ じゃが芋	ツナ しらす	ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 小松菜 人参 ほうれん草 きゃべつ



離乳食は上手に噛むためのレッスン

赤ちゃんは、生まれてすぐに母乳やミルクを本能で飲めますが、食べ物を噛んで飲み込む咀嚼力はトレーニングしなければ習得できません。

赤ちゃんが噛むことを身につけるのは想像以上に難しいことです。しっかりと噛むレッスンをすることが大切です。

食べ物を飲み込んだり、かみ砕いたりする機能は、発達段階に応じた調理形態の離乳食を与えることで、身につけていきます。不適切なかたさや大きさの離乳食を与えていると、咀嚼の練習がうまくいかず、3歳過ぎても、かまない、飲み込めない、丸のみするなどの問題がみられることもあります。



[噛むことのメリット]

- ・食べ物を噛んで細かくすることで、消化を助ける。
- ・いろいろな食べ物を噛んで食べることで、味覚が発達する。
- ・噛むことによりあごが発達し、歯並びが良くなる。
- ・噛むことで唾液の分泌が多くなり、歯についた汚れが取れる。
- ・新しい食べ物を噛むという、意欲が育つ。
- ・噛むことで脳が刺激され、頭の働きがよくなる。



※ご家庭で食べていない食材は除去または他の食材で代替えます。

2月離乳食献立予定表(後期食)

NO1

秋川あすなる保育園



	午前食	午後食	主な使用材料		
			エネルギーになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1/土	5倍粥 カレイの煮つけ じゃが芋と大根のコロコロ煮 人参スティック そうめんスープ(人参 玉ねぎ ほうれん草)	おじや (ツナ かぼちゃ 人参 ほうれん草) さつま芋ステック	こめ じゃが芋 さつま芋 そうめん パナナ	カレイ ツナ	大根 人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ
3/月	5倍粥 豆腐のほうれん草あんかけ かぼちゃと人参のコロコロ煮 大根スープ(麩) さつま芋ステック	おじや (しらす ほうれん草 人参 じゃが芋) 大根スティック	こめ 麩 さつま芋 じゃが芋	豆腐 しらす	ほうれん草 人参 かぼちゃ 大根
4/火	5倍粥 カレイに煮つけ きゃべつと人参のおひたし みそ汁(大根 玉ねぎ わかめ)	煮込みうどん (豆腐 白菜 人参 小松菜)	こめ うどん	カレイ 豆腐	大根 玉ねぎ わかめ きゃべつ 人参 白菜 小松菜
5/水	パンスティック ささ身のとろみ煮 じゃが芋とブロッコリーのポツリ煮 パナナ かぶのスープ(白菜 小松菜) 人参スティック	ライスおやき (しらす ほうれん草) みそ汁(じゃが芋 わかめ)	食パン こめ じゃが芋 バナナ	ささ身 しらす	ブロッコリー かぶ ほうれん草 小松菜 大根 わかめ 白菜
6/木	煮込みうどん(わかめ 玉ねぎ 人参 ほうれん草) カジキの煮つけ 小松菜と人参の合わせ煮 バナナ 大根スティック	おじや (ささ身 豆腐 ほうれん草 人参) さつま芋ステック	うどん こめ さつま芋 バナナ	カジキ ささ身 豆腐	わかめ 玉ねぎ 小松菜 ほうれん草 人参 大根
7/金	5倍粥 豚ひき肉と玉ねぎの小判焼き(じゃが芋) 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁(麩 小松菜) 人参スティック	おじや (しらす さつま芋 人参 ほうれん草) 大根スティック	こめ じゃが芋 さつま芋 麩	豚ひき肉 しらす	玉ねぎ 小松菜 人参 ほうれん草 白菜 大根
8/土	煮込みうどん(玉ねぎ 人参 ほうれん草) ツナとじゃが芋のポツリ煮 大根と人参のコロコロ煮 ブロッコリースティック	おじや (さけ きゃべつ 大根 人参) さつま芋ステック	うどん こめ さつま芋 じゃが芋	ツナ さけ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 大根 きゃべつ ブロッコリー
10/月	5倍粥 豆腐と豚ひき肉のポツリ煮 ほうれん草のおひたし(白菜) みそ汁(麩 小松菜) さつま芋ステック	煮込みうどん (しらす 玉ねぎ 人参 わかめ) 大根ステック	こめ 麩 さつま芋 うどん	豆腐 豚ひき肉 しらす	ほうれん草 白菜 小松菜 玉ねぎ わかめ 人参 大根
12/水	パンスティック カレイのブロッコリーあんかけ じゃが芋と人参のコロコロ煮 大根ステック 玉ねぎスープ(人参 ほうれん草) パナナ	ライスおやき (しらす かぼちゃ) みそ汁(大根 わかめ)	食パン こめ じゃが芋 パナナ	カレイ しらす	ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 人参 大根 わかめ 白菜
13/木	5倍粥 豆腐の豚ひき肉あんかけ 小松菜と人参の合わせ煮 大根ステック みそ汁(白菜 わかめ) パナナ	煮込みうどん (ささ身 大根 人参 ほうれん草) さつま芋ステック	こめ うどん バナナ さつま芋	豆腐 ささ身 豚ひき肉	小松菜 人参 白菜 わかめ 大根 ほうれん草
14/金	5倍粥 ツナとじゃが芋のポツリ煮 ブロッコリーと玉ねぎのとろみ煮 白菜スープ(小松菜 人参) 人参スティック	おじや (しらす きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草) 大根ステック	こめ じゃが芋	ツナ しらす	ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 小松菜 人参 大根 ほうれん草 きゃべつ

離乳食は上手に噛むためのレッスン

赤ちゃんは、生まれてすぐに母乳やミルクを本能で飲めますが、食べ物を噛んで飲み込む咀嚼力はトレーニングしなければ習得できません。

赤ちゃんが噛むことを身につけるのは想像以上に難しいことです。しっかりと噛むレッスンをすることが大切です。

食べ物を飲み込んだり、かみ砕いたりする機能は、発達段階に応じた調理形態の離乳食を与えることで、身につけていきます。不適切なかたさや大きさの離乳食を与えていると、咀嚼の練習がうまくいかず、3歳過ぎても、かまない、飲み込めない、丸のみするなどの問題がみられることもあります。



[噛むことのメリット]

- ・食べ物を噛んで細かくすることで、消化を助ける。
- ・いろいろな食べ物を噛んで食べることで、味覚が発達する。
- ・噛むことによりあごが発達し、歯並びが良くなる。
- ・噛むことで唾液の分泌が多くなり、歯についた汚れが取れる。
- ・新しい食べ物を噛むという、意欲が育つ。
- ・噛むことで脳が刺激され、頭の働きがよくなる。



※ご家庭で食べていない食材は除去または他の食材で代替えます。

2月分献立予定表(移行期)

NO1

秋川あすなろ保育園



	午前 おやつ	献立名	おやつ	主な使用材料名			行事や旬の物 その他
				働く力やエネルギー のもとになるもの	血や肉のもとに なるもの	からだの調子を 整えるもの	
1/土	牛乳 ビス ケット	ごはん 鶏から揚げの薄切り 割り干し大根の煮物 そうめんスープ いちご 人参スティック	おじや ほうじ茶 ビスケット バナナ	こめ 片栗粉 油 ざらめ そうめん	鶏肉 ツナ 牛乳	割り干し大根 人参 ひじき 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ 小松菜 かぼちゃ 白菜	1/土 卒園児の集い(3年・6年生)
3/月	牛乳 ビス ケット	ごはん すき焼き風煮物 ほうれん草のおひたし みぞれ汁 いちご さつま芋ステック	おじや 牛乳 ホットケーキ	こめ ざらめ 油 麩 小麦粉 さつま芋 三温糖 黒砂糖	牛肉 豆腐 しらす 牛乳	玉ねぎ 人参 ねぎ 白菜 ほうれん草 大根	6/木 初午 初午とは、2月の第一午の日に行われる 稲荷神社のお祭りです。 初午の日には、全国各地の稲荷神社で 「初午祭」というお祭りが行なわれ、神の遣い とされる“きつね”の好物とされる油揚げや いなり寿司をお供えしたり、食べたりする 習わしがあります。 稲荷神社に祀られている農業の神様が初午に降臨したとされる ことから、五穀豊穡や商売繁盛を願うお祭りとなりました。 給食ではきつねうどんを出す予定です。
4/火	牛乳 ビス ケット	納豆ごはん 豚肉ソテーの細切り 切り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ 人参スティック	せんべい みかん ほうじ茶 うどん汁	こめ ざらめ 油 うどん	納豆 豚肉 ツナ 豚肉 豆腐 牛乳	玉ねぎ 切り干し大根 人参 ひじき きゃべつ 白菜 小松菜 ねぎ	
5/水	牛乳 ビス ケット	食パン(いちごジャム) ポテトサラダ ささ身のゆかり風味揚げの薄切り かぶのスープ バナナ 人参スティック	おかかおにぎり みそ汁 牛乳 よもぎ蒸しパン	食パン 片栗粉 油 じゃが芋 マヨドレ 蒸しパンミックス こめ	ささ身 豚肉 牛乳	ゆかり 赤・黄ピーマン ブロッコリー レタス かぶ 白菜 小松菜 よもぎ 人参	
6/木	牛乳 ビス ケット	わかめうどん 牛肉のやわらか煮 チーズ うのはな炒り バナナ 大根ステック	おじや 牛乳 蒸かし芋	うどん 三温糖 油 さつま芋 こめ	牛肉 ささ身 豚肉 うのはな 豆腐 チーズ 牛乳	ねぎ わかめ 小松菜 人参 ごぼう 玉ねぎ きくらげ ほうれん草 大根	
7/金	牛乳 ビス ケット	ごはん きのこハンバーグ 白菜のおひたし お事汁 はっさく 人参スティック	おじや ほうじ茶 ヨーグルト バナナ	こめ 油 三温糖 里芋 さつま芋 油 じゃが芋	鶏肉 牛肉 豚肉 しらす ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ えのき まいたけ しめじ 白菜 人参 小松菜 ねぎ ほうれん草	8/土 事の日・事八日(12月8日、2月8日) 地方によって違いがあるようですが、一般的には12月8日ごろ 農作業を終わりにして、お正月の準備を始める日で、2月8日ごろ にはお正月行事を終え、農作業を始める日とされていました (事始め・事納) ～お事汁～ 事の日(事八日)に飲む(食べる)汁の ことを言い、1年間健康に過ごせますように そして畑からの収穫に感謝し、今年も作物 が良く実りますようにと願いを込めていただくものです。 具材は、邪気を払う小豆と、畑から収穫できた様々な野菜 を入れて作ります。 園でも、毎年年間を通して様々な作物を栽培していますが、給食で お事汁を食べながら、食べ物への感謝と今年もたくさん収穫でき ますようにと願いながら食べます。
8/土	牛乳 ビス ケット	クリームスパゲティ 温野菜サラダ 大根スープ チーズ はっさく ブロッコリースティック	野菜スープ せんべい ほうじ茶 さけおにぎり	スパゲティ麺 こめ 三温糖	牛肉 生クリーム ツナ 豚肉 さけ 牛乳	ほうれん草 玉ねぎ 白菜 もやし わかめ サニーレタス きゃべつ 赤ピーマン ブロッコリー	
10/月	牛乳 ビス ケット	納豆ごはん 炒り豆腐 割り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ さつまスティック	ビスケット みかん ほうじ茶 けんちん汁	こめ 油 片栗粉 ざらめ 麩 うどん さつま芋	納豆 しらす 豆腐 豚肉 牛乳	青のり 小松菜 人参 ひじき 赤ピーマン 割り干し大根 白菜 ほうれん草 ねぎ	
12/水	牛乳 ビス ケット	食パン(いちごジャム) チキンカツの薄切り マカロニサラダ 豆乳スープ はっさく 大根ステック	野菜スープ みかん 牛乳 ココア蒸しパン	食パン マカロニ マヨドレ 小麦粉 パン粉 じゃが芋 蒸しパンミックス	鶏肉 豆腐 豆乳 豚肉 チーズ 牛乳	ブロッコリー 人参 ほうれん草 玉ねぎ 大根	
13/木	牛乳 ビス ケット	ごはん マーボー豆腐 里芋のから揚げ 納豆汁 大根ステック いちご	煮込みうどん ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 里芋 油 三温糖 うどん	豆腐 豚肉 納豆 ささ身 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ ねぎ 赤ピーマン 小松菜 ほうれん草 人参 わかめ 白菜 小松菜	
14/金	牛乳 ビス ケット	カレーライス 温野菜サラダ 白菜スープ みかん 人参スティック	おじや 牛乳 パイスティック	こめ じゃが芋 パイ皮	鶏肉 ごま しらす ツナ 豆腐 豚肉 牛乳	人参 玉ねぎ 大根 ほうれん草 赤ピーマン レタス ブロッコリー 白菜 小松菜 きゃべつ	



* いろいろな食材を使っていますので、降園の前に「今日の給食の見本」をよくご覧になっていただき、ご家庭でも参考にいただければ幸いです。

2月分献立予定表(乳児)

NO1

秋川あすなる保育園



	午前 おやつ	献立名	おやつ	主な使用材料名			エネ ルギー (kcal)	たん ぱく質 (g)	行事や旬の物 その他
				働く力やエネルギー のもとになるもの	血や肉のもとに なるもの	からだの調子を 整えるもの			
1/土	牛乳	ごはん 鶏肉のから揚げ 割り干し大根の煮物 たくあん そうめんスープ いちご	おじや ほうじ茶 ビスケット バナナ	こめ 片栗粉 油 ざらめ そうめん	鶏肉 ツナ 油揚げ 牛乳	割り干し大根 人参 ひじき たくあん 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ 小松菜 かぼちゃ 白菜	549	20.2	<p>1/土 卒園児の集い(3年・6年生)</p> <p>6/木 初午 初午とは、2月の第一午の日に行われる稲荷神社のお祭りです。初午の日には、全国各地の稲荷神社で「初午祭」というお祭りが行なわれ、神の遣いとされる“きつね”の好物とされる油揚げやいなり寿司をお供えしたり、食べたりする習わしがあります。 稲荷神社に祀られている農業の神様が初午に降臨したとされることから、五穀豊穡や商売繁盛を願うお祭りとなりました。 給食ではきつねうどんを出す予定です。</p> <p>8/土 事の日・事八日(12月8日、2月8日) 地方によって違いがあるようですが、一般的には12月8日ごろ農作業を終わりにして、お正月の準備を始める日で、2月8日ごろにはお正月行事を終え、農作業を始める日とされていました (事始め・事納) ～お事汁～ 事の日(事八日)に飲む(食べる)汁のことを言い、1年間健康に過ごせますようにそして畑からの収穫に感謝し、今年も作物が良く実りますようにと願いを込めていただくものです。 具材は、邪気を払う小豆と、畑から収穫できた様々な野菜を入れて作ります。 園でも、毎年年間を通して様々な作物を栽培していますが、給食でお事汁を食べながら、食べ物への感謝と今年もたくさん収穫できますようにお願いながら食べます。</p>   
3/月	牛乳	ごはん すき焼き風煮物 ほうれん草のたくあん和え みぞれ汁 いちご	おじや 牛乳 かりんとう	こめ ざらめ 油 麩 小麦粉 三温糖 黒砂糖	牛肉 豆腐 しらす 牛乳	たけのこ 玉ねぎ 人参 ねぎ 白菜 ほうれん草 大根	513	18.2	
4/火	牛乳	納豆ごはん 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ	せんべい みかん ほうじ茶 うどん汁	こめ ざらめ 油 うどん	納豆 豚肉 ツナ 油揚げ 豚肉 生揚げ 牛乳	玉ねぎ 切り干し大根 人参 ひじき きゃべつ 白菜 なら 小松菜 ねぎ	526	21.6	
5/水	牛乳	食パン(いちごジャム) ささ身のゆかり風味揚げ ヤクルト ポテトサラダ かぶのスープ	おかかおにぎり 牛乳 よもぎまんじゅう	食パン 片栗粉 油 じゃが芋 マヨドレ 蒸しパンミックス こめ	ささ身 豚肉 ヤクルト あんこ 牛乳	ゆかり 赤・黄ピーマン ブロッコリー レタス かぶ 白菜 小松菜 よもぎ	524	22.9	
6/木	牛乳	きつねうどん うのはな炒り 牛肉のしぐれ煮 チーズ たくあんのおかか和え バナナ	おじや 牛乳 蒸かし芋	うどん 三温糖 油 さつま芋 こめ	油揚げ 牛肉 ささ身 豚肉 うのはな 豆腐 チーズ 牛乳	まいたけ ねぎ わかめ 人参 ごぼう 玉ねぎ 小松菜 きくらげ たくあん ほうれん草	558	22.9	
7/金	牛乳	ごはん きのこハンバーグ 白菜の酢みそ和え お事汁 はっさく	おじや ほうじ茶 ヨーグルト りんご	こめ 油 三温糖 里芋 さつま芋 油 じゃが芋	鶏肉 牛肉 しらす 豚肉 油揚げ 小豆 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ えのき まいたけ しめじ 白菜 人参 小松菜 ねぎ ほうれん草	523	21.5	
8/土	牛乳	クリームスパゲティ わかめサラダ 大根スープ チーズ はっさく	野菜スープ せんべい ほうじ茶 さけおにぎり	スパゲティ麺 こめ 三温糖	牛肉 生クリーム ツナ 豚肉 さけ 牛乳	ほうれん草 玉ねぎ 白菜 もやし わかめ サニーレタス きゃべつ 赤ピーマン ブロッコリー セロリ	571	20.6	
10/月	牛乳	納豆ごはん 炒り豆腐 割り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ	ビスケット みかん ほうじ茶 けんちん汁	こめ 油 片栗粉 ざらめ 麩 うどん	納豆 しらす 豆腐 牛乳	青のり 小松菜 人参 たけのこ 赤ピーマン 割り干し大根 ひじき 白菜 まいたけ ほうれん草 ねぎ	524	20.3	
12/水	牛乳	バンズパン(いちごジャム) チキンカツ マカロニサラダ 豆乳スープ りんご	野菜スープ みかん 牛乳 ココア蒸しパン	バンズパン マカロニ マヨドレ 小麦粉 パン粉 じゃが芋 蒸しパンミックス	鶏肉 豆腐 豆乳 豚肉 チーズ 牛乳	ブロッコリー 人参 ほうれん草 玉ねぎ 大根	482	19.7	
13/木	牛乳	ごはん マーポー豆腐 里芋のから揚げ 納豆汁 たくあんのおかか和え いちご	煮込みうどん ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 里芋 油 三温糖 うどん	豆腐 豚肉 納豆 油揚げ ささ身 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ ねぎ 赤ピーマン たくあん 小松菜 ほうれん草 わかめ 白菜 なら 大根 人参	519	20.1	
14/金	牛乳	カレーライス 大根サラダ 白菜スープ ヤクルト	おじや 牛乳 パイスティック	こめ じゃが芋 パイ皮	鶏肉 ごま しらす ツナ 豆腐 ヤクルト 豚肉 牛乳	人参 玉ねぎ 大根 ほうれん草 赤ピーマン レタス ブロッコリー 白菜 小松菜 きゃべつ	569	18.5	

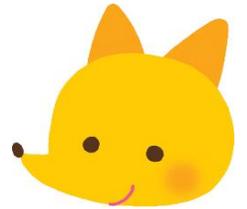
* 材料の仕入れの都合により変更する場合がありますが御了承ください。
* 豆類・たくあん・クッキー・ヤクルトの提供はりす組からになります。
* 発達に応じてバンズパン、りんご、赤飯の提供が始まります。



2月分献立予定表

NO1

秋川あすなろ保育園



行事や旬の物
その他

行事	献立名	おやつ	主な使用材料名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			働く力やエネルギーのもとになるもの	血や肉のもとになるもの	からだの調子を整えるもの		
1/土 卒園児の集い	ごはん 鶏肉のから揚げ 割り干し大根の煮物 たくあん そうめんスープ いちご	ほうじ茶 ビスケット バナナ	こめ 片栗粉 油 ざらめ そうめん	鶏肉 ツナ 油揚げ	割り干し大根 人参 ひじき たくあん 玉ねぎ 白菜 ねぎ 小松菜	637	23.6
3/月	ごはん すき焼き風煮物 ほうれん草のたくあん和え みぞれ汁 いちご	牛乳 かりんとう	こめ ざらめ 油 麩 小麦粉 三温糖 黒砂糖	牛肉 豆腐 牛乳	たけのこ 玉ねぎ 人参 ねぎ 白菜 ほうれん草 大根	588	18.9
4/火	納豆ごはん 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ	ほうじ茶 うどん汁	こめ ざらめ 油 うどん	納豆 豚肉 ツナ 油揚げ 豚肉 生揚げ	玉ねぎ 切り干し大根 人参 ひじき きゃべつ 白菜 なら 小松菜 ねぎ	641	27.8
5/水	食パン(いちごジャム) ささ身のゆかり風味揚げ ヤクルト ポテトサラダ かぶのスープ	牛乳 よもぎまんじゅう	食パン 片栗粉 油 じゃが芋 マヨドレ 蒸しパンミックス	ささ身 豚肉 ヤクルト あんこ 牛乳	ゆかり 赤・黄ピーマン ブロッコリー レタス かぶ 白菜 小松菜 よもぎ	590	27.4
6/木	きつねうどん うのはな炒り 牛肉のしぐれ煮 チーズ たくあんのおかか和え バナナ	牛乳 蒸かし芋	うどん 三温糖 油 さつまい	油揚げ 牛肉 豚肉 うのはな チーズ 牛乳	まいたけ ねぎ わかめ 人参 ごぼう 玉ねぎ 小松菜 きくらげ たくあん ほうれん草	613	24.0
7/金	ごはん きのこハンバーグ 白菜の酢みそ和え お事汁 はっさく	ほうじ茶 ヨーグルト りんご	こめ 油 三温糖 里芋 さつまい 油	鶏肉 牛肉 豚肉 油揚げ 小豆 ヨーグルト	玉ねぎ えのき まいたけ しめじ 白菜 人参 小松菜 ねぎ	601	24.3
8/土	クリームスパゲティ わかめサラダ 大根スープ チーズ はっさく	ほうじ茶 さけおにぎり	スパゲティ麺 こめ 三温糖	牛肉 生クリーム ツナ 豚肉 さけ 牛乳	ほうれん草 玉ねぎ 白菜 もやし わかめ サニーレタス きゃべつ 赤ピーマン ブロッコリー セロリ	663	23.3
10/月	納豆ごはん 炒り豆腐 割り干し大根の煮物 みそ汁 バナナ	ほうじ茶 けんちん汁	こめ 油 片栗粉 ざらめ 麩 うどん	納豆 しらす 豆腐 豚肉 ツナ 油揚げ	青のり 小松菜 人参 たけのこ 赤ピーマン 割り干し大根 ひじき 白菜 まいたけ ほうれん草 ねぎ	610	25.3
12/水	パンズパン(いちごジャム) チキンカツ マカロニサラダ 豆乳スープ りんご	牛乳 ココア蒸しパン	パンズパン マカロニ マヨドレ 小麦粉 パン粉 じゃが芋 蒸しパンミックス	鶏肉 豆腐 豆乳 豚肉 チーズ 牛乳	ブロッコリー 人参 玉ねぎ ほうれん草	627	25.3
13/木	ごはん マーボー豆腐 里芋のから揚げ 納豆汁 たくあんのおかか和え いちご	ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 里芋 油 三温糖	豆腐 豚肉 納豆 油揚げ ヨーグルト	玉ねぎ ねぎ 赤ピーマン たくあん 人参 小松菜 わかめ 白菜 なら	610	21.9
14/金	カレーライス 大根サラダ 白菜スープ ヤクルト	牛乳 パイスティック	こめ じゃが芋 パイ皮	鶏肉 ごま ツナ 豆腐 ヤクルト 豚肉 牛乳	人参 玉ねぎ 大根 赤ピーマン レタス ブロッコリー 白菜 小松菜	637	20.0

1/土 卒園児の集い(3年・6年生)

6/木 初午

初午とは、2月の第一午の日に行われる稲荷神社のお祭りです。

初午の日には、全国各地の稲荷神社で「初午祭」というお祭りが行なわれ、神の遣いとされる“きつね”の好物とされる油揚げやいなり寿司をお供えしたり、食べたりする習わしがあります。

稲荷神社に祀られている農業の神様が初午に降臨したとされることから、五穀豊穡や商売繁盛を願うお祭りとなりました。

給食ではきつねうどんを出す予定です。

8/土 事の日・事八日(12月8日、2月8日)

地方によって違いがあるようですが、一般的には12月8日ごろ農作業を終わりにして、お正月の準備を始める日で、2月8日ごろにはお正月行事を終え、農作業を始める日とされていました(事始め・事納)

～お事汁～

事の日(事八日)に飲む(食べる)汁のことを言い、1年間健康に過ごせますようにそして畑からの収穫に感謝し、今年も作物が良く実りますようにと願いを込めていただくものです。

具材は、邪気を払う小豆と、畑から収穫できた様々な野菜を入れて作ります。

園でも、毎年年間を通して様々な作物を栽培していますが、給食でお事汁を食べながら、食べ物への感謝と今年もたくさん収穫できますようにと願いながら食べます。



* 材料の仕入れの都合により変更する場合がありますが御了承ください。

* 調理見学及び試食は随時受け付けていますが、誕生日会の日のみ、誕生日児の保護者に限らせていただきますので御了承ください。申込みは2日前までに各クラス担任まで、申し出て下さい。

白菜の収穫

1月から2月にかけて給食に使う白菜は、園で収穫した物を使っています。
また、収穫の際には1/4を残して切り取り、菜の花用に残して収穫しています。



バザー

今年も多くの方にクッキーを買っていただきありがとうございました。
毎回クッキーを買うのを楽しみにしてくれる方も多くとてもうれしく思っています。



行事食

1月には
人日の節句(七草がゆ)



小正月(小豆粥)



など、お正月の行事食に取り組みながら、子ども達に食べるだけでなくその意味も伝えています。

寒肥

出汁を取り乾燥させた煮干しを燃して灰にしたものを
園庭の果樹の根元へ撒きました

