

		午前食 10:00~			午後食 14:00~					
		12ヶ月頃 (完了期食)		18ヶ月頃 (移行期食)		12ヶ月頃 (完了期食)		18ヶ月頃 (移行期食)		
2024年 2月 くるみの部屋 予定献立表 りすのき保育園	15	木	軟飯 すまし汁 (豆腐・あおさ) くだもの	メンチカツ 大根サラダ	軟飯 すまし汁 (豆腐・あおさ) くだもの	メンチカツ 大根サラダ	おにぎり みそ汁 (玉ねぎ・じゃが芋) くだもの	魚の照り焼き 二色お浸し	おにぎり みそ汁 (玉ねぎ・じゃが芋) くだもの	魚の照り焼き
	16	金	納豆ご飯 みそ汁 (大根・青菜) くだもの	白身魚のハンバーグ 小松菜の ごま和え	納豆ご飯 みそ汁 (大根・青菜) くだもの	白身魚のハンバーグ 小松菜の ごま和え	蒸しパン すまし汁 (わかめ・人参) くだもの	マーボ白菜 さつま芋煮	蒸しパン すまし汁 (わかめ・人参) くだもの	マーボ白菜
	17	土	軟飯 すまし汁 (わかめ・麩) くだもの	マーボ豆腐 ナムル	軟飯 すまし汁 (わかめ・麩) くだもの	マーボ豆腐 ナムル	パンケーキ スープ くだもの	鮭と野菜煮 粉ふき芋	パンケーキ スープ くだもの	鮭と野菜煮
	19	月	軟飯 みそ汁 (かぼちゃ・青菜) くだもの	鶏ハンバーグ 切り干し大根煮	軟飯 みそ汁 (かぼちゃ・青菜) くだもの	鶏ハンバーグ 切り干し大根煮	おにぎり すまし汁 (人参・麩) くだもの	豆腐のあんかけ 二色野菜ごま和え	おにぎり すまし汁 (人参・麩) くだもの	豆腐のあんかけ
	20	火	軟飯 すまし汁 (白菜・しめじ) くだもの	魚の照り焼き 青菜ののり和え	軟飯 すまし汁 (白菜・しめじ) くだもの	魚の照り焼き 青菜ののり和え	けんちんうどん (大根・人参) くだもの	キャベツのそぼろ煮 さつま芋煮	けんちんうどん (大根・人参) くだもの	キャベツのそぼろ煮
	21	水	軟飯 みそ汁 (白菜・なめこ) くだもの	肉豆腐 じゃが芋サラダ	軟飯 みそ汁 (白菜・なめこ) くだもの	肉豆腐 じゃが芋サラダ	パン スープ くだもの	魚のムニエル 青菜ソース かぼちゃ煮	パン スープ くだもの	魚のムニエル 青菜ソース
	22	木	軟飯 みそ汁 (玉ねぎ・じゃが芋) くだもの	揚げ鶏団子棒 ブロッコリー ごま和え	軟飯 みそ汁 (玉ねぎ・じゃが芋) くだもの	揚げ鶏団子棒 ブロッコリー ごま和え	ちゃんぽんうどん (キャベツ・人参) くだもの	魚のおろし煮 二色お浸し	ちゃんぽんうどん (キャベツ・人参) くだもの	魚のおろし煮
	9	金	軟飯 すまし汁 (豆腐・わかめ) くだもの	魚の西京焼き 大根・人参の煮物	軟飯 すまし汁 (豆腐・わかめ) くだもの	魚の西京焼き 大根・人参の煮物	パンケーキ きやべつスープ くだもの	野菜入り ハンバーグ 粉ふき芋	パンケーキ きやべつスープ くだもの	野菜入り ハンバーグ
	10	土	洋風雑炊 (トマト・ブロッコリー) くだもの	キャベツの そぼろ煮 じゃが芋サラダ	洋風雑炊 (トマト・ブロッコリー) くだもの	キャベツの そぼろ煮 じゃが芋サラダ	みそ煮込みうどん (さつま芋・青菜) くだもの	魚と野菜煮 大根・人参の きんぴら	みそ煮込みうどん (さつま芋・青菜) くだもの	魚と野菜煮
	26	月	軟飯 すまし汁 (えのき・人参) くだもの	魚のごまみそ焼き 小松菜のナムル	軟飯 すまし汁 (えのき・人参) くだもの	魚のごまみそ焼き 小松菜のナムル	カレイ雑炊 (青菜・人参) くだもの	肉じゃが キャベツの おかか和え	カレイ雑炊 (青菜・人参) くだもの	肉じゃが
	13	火	軟飯 みそ汁 (大根・人参) くだもの	鶏の松風焼き 青菜のお浸し	軟飯 みそ汁 (大根・人参) くだもの	鶏の松風焼き 青菜のお浸し	蒸しパン スープ くだもの	鮭ハンバーグ 大根サラダ	蒸しパン スープ くだもの	鮭ハンバーグ
	14	水	パン スープ くだもの	魚のフライ 白菜サラダ	パン スープ くだもの	魚のフライ 白菜サラダ	軟飯 みそ汁 くだもの	肉団子 青菜のソテー	軟飯 みそ汁 くだもの	肉団子
	28	水	軟飯 すまし汁 (豆腐・わかめ) くだもの	肉じゃが コロコロサラダ	軟飯 すまし汁 (豆腐・わかめ) くだもの	肉じゃが コロコロサラダ	パンケーキ スープ くだもの	魚のムニエル 人参ソース グリーンマッシュ	パンケーキ スープ くだもの	魚のムニエル 人参ソース
	2月1日									

旬の食材
大根・きやべつ・白菜
ほうれん草・小松菜
ブロッコリー・カリフラワー
みかん・いちご

お部屋別に食事を
展示しています。
月曜日 くるみ
火曜日 なつめ
水曜日 まつぼっくり
木・金曜日 どんぐり
量は個々に配慮しています



☆ 離乳食の段階は目安です。おかゆの硬さ、調理形態は一人一人に合わせて配慮していきます。

Main menu table with columns for date, day, meal type (breakfast, lunch, dinner), and specific food items for different age groups (1-year-olds, 2-year-olds, 3-5 year-olds).

節分 2月3日



節分とは「季節を分ける」ことを意味しています。春は一年の始まりとされ、特に大切にされました。そのため立春の前日だけを節分と呼ぶようになりました。

保育園では新聞紙で豆を作って豆まきを楽しみます。炒り大豆は、子どもにとっては誤嚥、窒息すると危険な食品なので、ご家庭でも気を付けて、節分を楽しんでください。



郷土料理 献立表下線のひかれていますメニューが郷土料理です。

特産物を材料にしたり、伝統的な調理法を用いたその地域特有の料理。保育園でも、様々な郷土料理を出しています。一部ご紹介いたします。

<今月の主な食事予定>

- 2日(金)節分献立...お昼に大豆ごはん・いわしハンバーグ
6日(火)お弁当箱給食
8日(木)こりすキッチン...おんぶうどん作りをします。
28日(水)誕生会...マーブルパウンドケーキでお祝いをします。

※ < >は1才児移行食です。なつめ(1才児)は七分つきご飯の時は、白米を食べています。

<アレルギー表示>
アレルギー食品が含まれるものに記号表示をします。アレルギーのあるお子さんには個々に合わせて代替食を用意します。

保育園での昼食と午後のおやつの上段は幼児一人分、下段は乳児一人分の摂取量(カロリー)の目安を表示しています。

今月のくだもの
りんご・いちご・かんきつ類 から選んで食べています。

Table showing nutritional goals for children (3-5 years old, 1-2 years old) and families, including energy and protein intake.

〜保育園での摂取量を目安に、家庭でも朝食、夕食をしっかり食べてください。〜

〜旬の食材〜
たら・ぶり・わかさぎ・かじき・大根・ブロッコリー・カリフラワー・春菊・菜の花

食事・おやつの際にはおかわりを用意し、個別に量の調節をしています。
日中お茶を用意し水分補給しています。
延長保育の時間におやつを用意があります。
食材の入荷によっては献立を変更することがあります。