

# 2月の食事だより



# 2月のこんだて



社会福祉法人 大和善隣館  
 幼保連携型認定こども園 月津こども園 R7.2.1

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きますね。  
 今月は節分にちなみ「節分ランチ」や自分たちで選ぶ「セレクト給食」などの献立があり、みんなで楽しみながら食事ができるといいなと思っています。



## ～セレクトメニュー～

- 1・2歳児 → わかめごはん又はゆかりごはん
- 3・4・5歳児 → 鶏の唐揚げ又は魚の味噌マヨ焼き
- 和風ドレッシング又はオーロラソース
- りんごジュース又はぶどうジュース
- となっています。

## ★ひまわり組さんお味見当番始まりました★

1月からひまわり組の子どもたちの「お味見当番」が始まりました。毎日子どもたちは自分たちの思いを話したり質問したりと楽しくやり取りをしています。ぜひご家庭でも聞いてみてください。



## ★月津こども園栄養目標量★

年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1～2歳児	500kcal	12.0～25.0g	11.0～16.0g	1.5未満
3～5歳児	600kcal	15.0～30.0g	13.0～20.0g	1.6未満
2月平均栄養量				
1～2歳児	516kcal	19.7g	16.2g	1.4g
3～5歳児	563kcal	21.8g	18.4g	1.7g

日	曜	AM おやつ (未満児)	献立	名	PM おやつ (以上児)	PM おやつ (0.1 満児)	離乳食名
1	土	お茶 せんべい	スパゲティイタリアン	チーズ	お茶 せんべい		野菜雑炊 マッシュポテト
3	月	ジョア	節分ランチ		手作りプリン		そぼろあん 野菜の旨煮 すまし汁
4	火	牛乳 バナナ	魚の照り焼き	納豆和え 豚汁 ☆	お茶 揚げパン		煮魚 野菜あん 味噌汁
5	水	ヨーグルトあえ	かぶのクリーム煮	鶏肉のトマト焼き パンサンスー ☆	ミルク せんべい		かぶの旨煮 そぼろ煮 すまし汁
6	木	牛乳 ポーロ	岩石揚げ	キャベツサラダ 味噌汁 ☆	お茶 ウィンナーマフィン		キャベツのそぼろ煮 味噌汁 大根の旨煮
7	金	みかん ヨーグルト	すき焼き	れんこんのごまマヨネーズあえ バナナ ☆	ミルク ビスケット		肉じゃが スティック野菜 すまし汁
8	土	お茶 せんべい	チャーハン	コーンスープ	お茶 せんべい		味噌雑炊 さつま芋の旨煮
10	月	牛乳 バナナ	魚の立田揚げ	春雨サラダ けんちん汁 ☆	お茶 肉まん		魚のおろし煮 野菜の旨煮 味噌汁
12	水	ジョア	ひじき肉じゃが	みかん キャベツのごまマヨネーズあえ ☆	ミルク せんべい		肉じゃが ひじき煮 すまし汁
13	木	牛乳 せんべい	タンドリーチキン	ポテトサラダ キャベツスープ ☆	お茶 きなこトースト		そぼろあん キャベツの旨煮 味噌汁
14	金	ヨーグルト	豚肉とれんこんの炒め物	ポパイサラダ 味噌汁 ☆	ミルク ビスケット		ほうれん草の旨煮 味噌汁 さつま芋の旨煮
15	土	お茶 せんべい	チキンライス	チーズ	お茶 せんべい		野菜雑炊 マッシュポテト
17	月	牛乳 オレンジ	人参ポタージュ	ローストチキン スパサラダ ☆	ミルク クラッカー		きゅうりのそぼろあん かぼちゃの旨煮 人参スープ
18	火	牛乳 ポーロ	魚フライタルタルソース	温野菜 わかめスープ ☆	お茶 マーブルケーキ	カップケーキ	魚の野菜あん わかめスープ ブロッコリーの旨煮
19	水	ヨーグルトあえ	カレーライス	和風サラダ トマト ☆	お茶 かぼちゃドーナツ		肉じゃが スティック野菜 すまし汁
20	木	お茶 せんべい	豚肉のしょうが焼き	きゅうりの中華あえ 味噌汁 ☆	ミルク ビスケット		そぼろ煮 白菜の旨煮 味噌汁
21	金	バナナ ヨーグルト	大根のそぼろ煮	ひじきサラダ ポイルウインナー ☆	牛乳 せんべい		大根のそぼろ煮 ひじき煮 すまし汁
22	土	お茶 せんべい	いなりうどん	チーズ ☆	お茶 せんべい		味噌雑炊 さつま芋の旨煮
25	火	牛乳 バナナ	コーンチャウダー	わかめフレンチ オレンジ ☆	お茶 フレンチトースト		野菜の旨煮 そぼろあん 味噌汁
26	水	牛乳 ポーロ	♡セレクト給食♡		チーズタルト		魚のおろし煮 スティック野菜 すまし汁
27	木	ジョア	白味噌ポトフ	ブロッコリーと卵のサラダ バナナ～きく・ひまわり組お別れ遠足～ ☆	ミルク ビスケット		肉じゃが 味噌汁 ブロッコリーの旨煮
28	金	フルーツポンチ	チキンカツ	マカロニサラダ ココロスープ	ミルク せんべい		大根のそぼろ煮 きゅうりあん すまし汁

未満児の主食 ごはん・・・☆ 青字は手作りおやつです♪

