2月の献立表

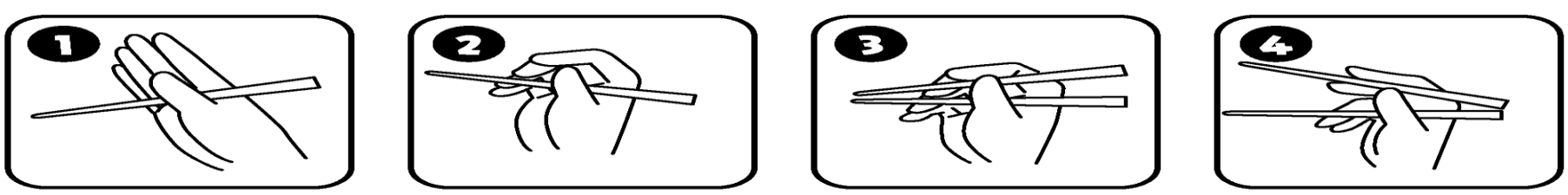
富田保育園

令和4年度

日	曜日	献立名	主な材料	未満児　主食・おやつ（午前・午後）			3歳以上児おやつ
1	水	アメリカンドック　マカロニサラダ　牛乳	ソーセージ　マカロニ　人参　きゅうり　ツナ缶 トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
2	木	牛蒡のしぐれ煮　きゅうりの酢の物　大根汁	牛肉　牛蒡　玉ねぎ　糸コン　きゅうり　もやし わかめ　ちくわ　トマト　大根　椎茸　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
3	金	キンパ　ヤンニョムチキン　サラダ わかめスープ	鶏肉　ほうれん草　人参　白ごま　卵　のり ブロッコリー　トマト　わかめ	ごはん	おかし	鬼のケーキ、牛乳	鬼のケーキ、牛乳
4	土	ポークカレー　フルーツ	豚肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参	ごはん	おかし	おかし	おかし
5	日	休日					
6	月	白身フライ　コールスローサラダ　菜っ葉汁	ベーコン　白身フライ　キャベツ　きゅうり トマト　菜っ葉　油揚げ	ごはん	おかし	フルーツゼリー	フルーツゼリー
7	火	目玉焼き　モヤシ炒め　豆腐汁	卵　もやし　人参　椎茸　ピーマン　トマト 豆腐　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
8	水	かぼちゃシチュー　野菜サラダ	鶏肉　かぼちゃ　玉ねぎ　人参　椎茸 ピーマン　レタス　きゅうり　カニカマ　トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
9	木	豚生姜焼き　野菜サラダ　納豆汁	豚ロース肉　生姜　玉ねぎ　レタス　きゅうり カニカマ　トマト　納豆　豆腐　ねぎ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
10	金	カレーうどん	豚肉　玉ねぎ　人参　うどん麺	麺	おかし	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
11	土	建国記念日					
12	日	休日					
13	月	鮭のホイル焼き　きゅうりの塩昆布和え 小松菜汁	鮭　椎茸　しめじ　玉ねぎ　きゅうり　塩昆布 トマト　小松菜　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
14	火	チーズハンバーグ　ミモザサラダ　豆腐汁	合挽肉　玉ねぎ　おから　椎茸　卵　チーズ キャベツ　きゅうり　トマト　豆腐　油揚げ　ねぎ	ごはん	おかし	バレンタイン チョコパイ　牛乳	バレンタイン チョコパイ　牛乳
15	水	ジャーマンポテト　ブロッコリーサラダ　牛乳	ベーコン　ポテト　ブロッコリー　卵　トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
16	木	かに玉　もやしツナ和え　肉汁	豚肉　卵　玉ねぎ　人参　カニカマ　もやし　ツナ缶 トマト　白菜　椎茸　ごぼう　しめじ　ねぎ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
17	金	野菜たっぷり塩たんめん	挽肉　中華麺　キャベツ　玉ねぎ　人参 もやし	一歳児　うどん	おかし	おかし、ジョア	おかし、ジョア
18	土	キーマカレー　フルーツ	挽肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参	ごはん	おかし	おかし	おかし
19	日	休日					
20	月	ほっけ照り焼き　ハムときゅうりのサラダ なめこ汁	ハム　ほっけ　きゅうり　ごま　トマト　豆腐 なめこ　長ネギ	ごはん	おかし	ヨーグルト	ヨーグルト
21	火	ロールカツ　二色ご飯　サラダ　お吸い物	豚肉　人参　ササギ　鮭　ほうれん草　ごま レタス　きゅうり　トマト　銀たら　三つ葉	ごはん	おかし	手作りケーキ　牛乳	手作りケーキ　牛乳
22	水	しゃぶしゃぶサラダ　ミートボール　牛乳	豚肉　レタス　きゅうり　ごま　ミートボール トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
23	木	天皇誕生日					
24	金	ほうれん草とツナのパスタ　白菜スープ	スパ麺　ほうれん草　ツナ缶　玉ねぎ きざみのり　白菜　人参	一歳児　雑炊	おかし	おかし、ヤクルト	おかし、ヤクルト
25	土	チキンカレー　フルーツ	鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参	ごはん	おかし	おかし	おかし
26	日	休日					
27	月	カレイのから揚げ　人参しりしり　シジミ汁	カレイ　人参　ツナ缶　卵　トマト　シジミ貝 豆腐　ねぎ	ごはん	おかし	焼きいも、牛乳	焼きいも、牛乳
28	火	納豆オムレツ　ほうれん草胡麻和え わかめ汁	挽肉　納豆　卵　ねぎ　ほうれん草　ちくわ ごま　トマト　じゃが芋　かぼちゃ　わかめ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳

正しいはしの持ち方

1.はしの片方（固定ばし）を、親指の根元に挟みます。
2.薬指を軽く曲げて第一関節を下に添え、親指と薬指で支えます。
3.もう片方のはし（作用ばし）は親指のはらで挟み、中指の第一関節で支えます。
4.作用ばしの支えをしっかりさせるために、小指を薬指に添わせます。



＊　2月3日（金）と2月21日（火）は行事食です。ご飯はいりません。

◎上記の絵を見てはしの練習をしてみましょう