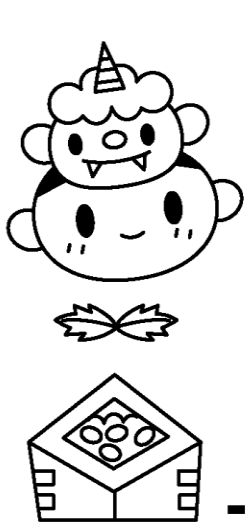


| 日  | 曜 | 主 食                          | 副 食                                | お や つ       |                |
|----|---|------------------------------|------------------------------------|-------------|----------------|
|    |   |                              | 共 通                                | 午前(未満児)     | 午後(共通)         |
| 1  | 金 | (お誕生会) おにさんランチ               | 鶏の唐揚げ ブロッコリー いちご もやしスープ            | 牛乳 おこめせん    | 牛乳 パナナ         |
| 2  | 土 | モーニングロールパン                   | スパゲティ チキンナゲット きゅうり パイナップル コーンスープ   | 牛乳 ★リンゴケーキ  | 牛乳 小袋お菓子       |
| 4  | 月 | ご飯                           | 鮭の幽庵焼き ミモザサラダ りんご かき玉スープ           | 牛乳 豆乳ドーナツ   | 牛乳★さつま芋のつき揚げ   |
| 5  | 火 | お茶ご飯                         | 大豆入り筑前煮 シャウエッセン ミニトマト キウイ キャベツスープ  | 牛乳 ☆枝豆      | 牛乳 ★フレンチトースト   |
| 6  | 水 | ご飯                           | 鉄骨ハンバーグ マカロニサラダ みかん きのこスープ         | 牛乳 ☆パナナ     | 牛乳 ★白玉ぜんざい     |
| 7  | 木 | ご飯                           | 白身魚の利休焼き 納豆の中華和え いちご 油揚げと大根の味噌汁    | 牛乳 小魚スナック   | 牛乳 ★あんぱんまんクッキー |
| 8  | 金 | カレーライス                       | ビーフカレー あっさりサラダ もも缶 豆腐のスープ          | 牛乳 野菜スティック  | 牛乳 おまんじゅう      |
| 9  | 土 | 食パン                          | 焼豚ラーメン シューマイ 煮豆 パイナップル かぼちゃのホクホク焼き | 牛乳 ★バナナケーキ  | 牛乳 小袋お菓子       |
| 12 | 火 | ご飯                           | 白身魚のフライ スパゲティサラダ りんご ホワイトシチュー      | 牛乳 ☆枝豆      | 牛乳 ★大学芋        |
| 13 | 水 | ご飯                           | 肉豆腐 ミニトマト チーズキャッチ オレンジ 卵とじスープ      | 牛乳 ミニゼリー    | 牛乳 ★ラスク        |
| 14 | 木 | ご飯                           | 白身魚の西京焼き 大根の酢の物 いちご あったかそうめん       | 牛乳 ポテトチップス  | 牛乳 ★ショコラマドレーヌ  |
| 15 | 金 | カレーライス                       | チーズカレー スティックサラダ パイン缶 もやしスープ        | 牛乳 ポテトせんべい  | 牛乳 プリン         |
| 16 | 土 | お弁当の日 (らいおん組…お に ぎ り パー テ ィ) |                                    | 牛乳 ミレービスケット | 牛乳 小袋お菓子       |
| 18 | 月 | ご飯                           | 魚のカラフル焼き ブロッコリー和え物 納豆 みかん 南瓜の味噌汁   | 牛乳 野菜スナック   | 牛乳 ★米粉かりんとう    |
| 19 | 火 | にんじんご飯                       | すり身のぎょうざ揚げ ほうれん草ごま和え オレンジ 白菜スープ    | 牛乳 ☆枝豆      | 牛乳 丸ボーロ        |
| 20 | 水 | ご飯                           | チキン南蛮 三色サラダ りんご 野菜スープ              | 牛乳 ミルクスティック | 牛乳 ★麩のラスク      |
| 21 | 木 | ご飯                           | 鮭のムニエル ひじきのサラダ いちご 豆腐の味噌汁          | 牛乳 ☆りんご     | 牛乳 ★チーズケーキ     |
| 22 | 金 | ご飯                           | 手作りコロッケ ほうれん草のアーモンド和え デコポン かぶの味噌汁  | 牛乳 ほしのせんべい  | 牛乳 ★スティックパイ    |
| 23 | 土 | 食パン                          | 仲良しうどん 焼きししゃも 五目きんぴら パイナップル        | 牛乳 ☆ふかし芋    | 牛乳 小袋お菓子       |
| 25 | 月 | ご飯                           | さばの竜田揚げ 南瓜とツナのサラダ りんご きのこの味噌汁      | 牛乳 エビスナック   | 牛乳 ★あべかわ団子     |
| 26 | 火 | ご飯                           | 大豆のチリコンカン じゃが芋の塩昆布和え みかん 卵とじスープ    | 牛乳 ☆枝豆      | 牛乳 ★りんごパイ      |
| 27 | 水 | さつま芋ご飯                       | 野菜たっぷりキッシュ ブロッコリー トマト キウイ つみれ汁     | 牛乳 きなこおかき   | 牛乳 ★スコーン       |
| 28 | 木 | ご飯                           | 白身魚のピカタ ほうれん草のピーナツ和え パイナップル 春雨スープ  | 牛乳 ひじきスティック | 牛乳 ★豆花         |

※都合により献立を変更する場合があります

★印は手作りおやつです

1 日 (金) お誕生会  
1 6 日 (土) お弁当の日  
(らいおんぐみ…おにぎりパーティ)



節分で家族間のコミュニケーション

2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった“鬼”に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってもらいたいものです。

