



平成 26 年度 2 月 1 日 豊間根保育園

節分に豆まきをして豆を食べよう！

節分とは「季節を分ける」ことを意味します。季節の変わり目は天候が不安定で病気にかかりやすく、悪い病気を払うために豆まきをして体を清めると言われています。豆まき後は、年齢の数、または数え年（年齢＋1）の数の豆を食べ、1 年の無病息災を願います。

ご家庭でも豆まきをして、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のですね。

園でも 2 月 3 日（月）に豆まきの予定をしています。

※節分でまく豆は、お腹をかなり膨らませます。
食べ過ぎには注意してください。

誕生会メニュー

- ツナピラフ
- 鶏肉の竜田揚げ
- マカロニサラダ
- 餃子ピザ
- スープ
- フルーツ盛り合わせ

26 日は誕生会ですのでご飯はいりません。おしぼり、箸セットを持たせて下さい。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食	全園児午後のおやつ	未満児 カロリー	以上児 カロリー
			全 園 児			
1	土	ヨーグルト	卵とじそうめん・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
2	日					
3	月	牛乳・えびせん	鬼バーグ・ビーフンソテー・トマト・スープ・果物	牛乳・豆大福	559	413
4	火	牛乳・クッキー	たこ天・フレンチサラダ・さつま芋の甘煮・味噌汁・果物	☆卵ぞうすい	506	327
5	水	牛乳・リッツ	豚肉の生姜焼き・炒合菜・大豆ドウィンナーのトマト煮・味噌汁・果物	ウエハース・プリン	453	373
6	木	牛乳・ビスケット	スパニッシュオムレツ・きんぴらごぼう・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物	☆おしるこ	494	356
7	金	牛乳・プリッツ	鮭の味噌漬け焼き・切干大根の煮物・ほうれんそうのごま和え・すまし汁・果物	牛乳☆ブルーベリーケーキ	515	370
8	土	ゼリー	ロールハンバーグサンド・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
9	日					
10	月	牛乳・せんべい	すき焼き風煮・和風サラダ・南瓜の煮物・味噌汁・果物	牛乳☆ツナポテトケーキ	537	354
11	火					
12	水	牛乳・コーンフレーク	鮭の照り焼き・ごぼうサラダ・ジャーマンポテト・味噌汁・果物	☆うどん汁	453	295
13	木	牛乳・ウエハース	酢豚・涼伴三条・ボイルウインナー・味噌汁・果物	牛乳・かりんとう	498	350
14	金	牛乳・サブレ	サバのカレームニエル・スパゲティサラダ・塩もみ野菜・味噌汁・果物	牛乳☆ココアケーキ	600	470
15	土	ヨーグルト	親子丼・味噌汁・果物	麦茶・お菓子		
16	日					
17	月	牛乳・えびせん	鶏肉のソース焼き・野菜炒め・枝豆・味噌汁・果物	牛乳・ドーナツ	490	326
18	火	牛乳・卵ボーロ	鮭の塩焼き・筑前煮・さつま芋のレモン煮・味噌汁・果物	ウエハース・ゼリー	515	345
19	水	牛乳・リッツ	肉団子のケチャップあん・シルバーサラダ・ブロッコリー炒め・味噌汁・果物	牛乳☆ふかし芋	576	402
20	木	牛乳・ビスケット	松風焼き・千切り野菜の炒め煮・粉吹き芋・味噌汁・果物	牛乳☆チーズ蒸しパン	562	397
21	金	牛乳・甘食パン	タラの香り揚げ・大根サラダ・トマト・味噌汁・果物	牛乳☆黒ごまケーキ	561	411
22	土	プリン	焼きそば・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
23	日					
24	月	牛乳・せんべい	炒り豆腐・しょうゆフレンチ・竹輪の磯辺揚げ・味噌汁・果物	☆まめぶ汁	556	395
25	火	牛乳・ハーベスト	サバの黄金焼き・五目大豆煮・ほうれん草の浸し和え・味噌汁・果物	牛乳・バームクーヘン	465	328
26	水	ヨーグルト	誕 生 会	☆バナナクリーム	481	543
27	木	牛乳・ウエハース	カレーライス・春雨の中華サラダ・ゆで卵・スープ・果物	牛乳☆苺ジャムサンド	530	388
28	金	牛乳・ビスコ	赤魚の煮魚・ポテトサラダ・もやしのゆかり和え・味噌汁・果物	牛乳☆フレークファッジ	547	403

※ 以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっており、主食（ご飯）のカロリーは含まれていません。

※（参考）主食・ご飯 110g（目安量）のカロリーは 185kcal です。

※「全園児午後のおやつ」の欄の☆印は手作りおやつの日です

※お箸セット、おしぼりは毎日きれいにして持たせてください。

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください