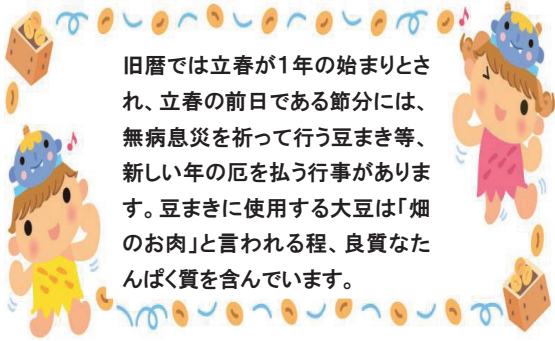




## 2がつこんだて

平成30年2月1日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

### 寒さに負けない丈夫な体をつくろう



旧暦では立春が1年の始まりとされ、立春の前日である節分には、無病息災を祈って行う豆まき等、新しい年の厄を払う行事があります。豆まきに使用する大豆は「畑のお肉」と言われる程、良質なたんぱく質を含んでいます。

### 風邪には 消化のよい食事を

発熱、下痢などの症状を伴う風邪の回復には、十分な水分補給と胃腸にやさしい食事にします。おかゆは水分を多めにして、少量の塩を加えたものがおすすめです。吐き気がなければ、やわらかく煮た野菜スープや卵がゆなどでも良いです。



- \*ドライカレー \*チューリップ唐揚げ
- \*和風スパゲッティ
- \*竹輪ピザ \*スープ
- \*いちご・オレンジ

誕生会メニュー  
23日(金)

- ★お箸セット、おしぼりはきれいにしてお持ち帰り下さい。
- ★食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。
- ★23日(金)誕生会はお弁当(ご飯)はありません。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	木	牛乳・バナナ	鶏肉の味噌漬け焼き・海女ちゃん揚げ・ポテトサラダ・すまし汁・みかん		牛乳・マドレーヌ	587	612
2	金	ミニジュース・せんべい	鬼バーグ・ビーフソテー・フレンチサラダ・フライドポテト・スープ・いちご		牛乳★鬼まんじゅう	508	569
3	土	麦茶・せんべい	スパゲッティミートソース・野菜スープ・バナナ		麦茶・お菓子		
4	日						
5	月	牛乳・ビスコ	ローストチキン・かぼちゃサラダ・ゴマ和え・若布の味噌汁・みかん		牛乳★サターアンダギー	581	619
6	火	牛乳・せんべい	鱈のパン粉焼き・しょうゆフレンチ・枝豆・厚揚げの味噌汁・バナナ		牛乳★カレー肉まん	598	618
7	水	牛乳・ミニパン	すき焼き風煮・キュウリの中華和え・さつま芋の天ぷら・すまし汁・りんご		フルーツヨーグルト	496	500
8	木	牛乳・ビスケット	ひじき入り厚焼き卵・マカロニサラダ・トマト・野菜の味噌汁・オレンジ		牛乳・せんべい	486	503
9	金	牛乳・ウエハース	鮭のマヨネーズ焼き・春雨ソテー・茹でブロッコリー・じゃが芋の味噌汁・バナナ		牛乳・クッキー	519	548
10	土	麦茶・クッキー	チキンライス・コンソメスープ・オレンジ		麦茶・お菓子		
11	日		建 国 記 念 日				
12	月		振 替 休 日				
13	火	牛乳・とんがりコーン	肉団子・ひじきの和風サラダ・枝豆・高野豆腐の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・せんべい	532	543
14	水	牛乳・おととつと	スコッチエッグ・三色コールスロー・トマト・野菜スープ・りんご		牛乳・ビスケット	564	582
15	木	フルーツゼリー	鱈の洋風焼き・れんこんサラダ・ジャーマンポテト・すまし汁・オレンジ		牛乳★りんごケーキ	501	618
16	金	麦茶・えびせん	エビグラタン・フレンチサラダ・茹でブロッコリー・卵スープ・バナナ		牛乳・クッキー	435	511
17	土	麦茶・ビスケット	タコライス・野菜スープ・オレンジ		麦茶・お菓子		
18	日						
19	月	麦茶・ビスケット	鮭の塩焼き・切干大根煮・茹でブロッコリー・なめこの味噌汁・みかん		牛乳・せんべい	424	507
20	火	牛乳・ミニドーナツ	鶏肉のソース焼き・シルバーサラダ・ゆかり和え・大根の味噌汁・りんご		牛乳★ごまトースト	604	639
21	水	ヨーグルト	シュウマイ・中華サラダ・枝豆・中華スープ・バナナ		牛乳・パームクーヘン	471	521
22	木	100%ジュース・ビスコ	炒り豆腐・かぼちゃの天ぷら・おかか和え・きのこの味噌汁・グレープフルーツ		牛乳★パウンドケーキ	564	615
23	金	ジョア・クッキー	誕 生 会		フルーツゼリー	656	678
24	土	麦茶・サブレ	中華丼・すまし汁・グレープフルーツ		麦茶・お菓子		
25	日						
26	月	牛乳・ブリッツ	豚肉の生姜焼き・スパゲッティサラダ・茹でブロッコリー・若布の味噌汁・みかん		牛乳★手作りパン	584	628
27	火	牛乳・とんがりコーン	酢豚・涼伴三条・枝豆・中華スープ・グレープフルーツ		牛乳・せんべい	513	519
28	水	ヨーグルト	カレーライス・フレンチサラダ・ポイルウインナー・チーズ・野菜スープ・バナナ		麦茶★しょうゆ団子	565	639