



# 2月こんだて

愛徳幼稚園(離乳食)



かほく食品

節分を過ぎるともう『春』といわれますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。毎日の食事では栄養のあるものを食べて寒さを乗り切りましょう。

月	火	水	木	金
			1日	2日
			△軟飯 ○白身魚のみぞれ煮 ◎ブロッコリーとツナの煮 ◎なます	△軟飯 ○鶏肉のあんかけ ◎青菜と豆腐の煮 ○しゅうまい
5日	6日	7日	8日	9日
△軟飯 ○白身魚とじゃがいもの煮 ◎青菜の白和え ○チーズ	△軟飯 ○豆腐とさつまいもの煮 ◎里芋の煮 ◎カットコーン	△◎○かやくうどん △おにぎり ◎フルーツ	△軟飯 ○白身魚とキャベツの煮 ◎ブロッコリーの煮 ◎大根サラダ	△軟飯 ○豆腐と鶏肉のあんかけ ◎青菜の煮 ◎野菜と豚肉の炒め物
12日	13日	14日	15日	16日
<b>振替休日</b>	△軟飯 ○鶏肉と青菜の煮 ◎白菜の煮 ◎ジャコ金平ごぼう	△◎○野菜うどん △おにぎり ◎フルーツ	△軟飯 ○白身魚と玉ねぎの煮 ◎さつまいもの煮 ◎キャベツサラダ	△軟飯 ○鶏肉とかぼちゃの煮 ◎玉ねぎとしらすの出汁煮 ◎お浸し
19日	20日	21日	22日	23日
△軟飯 ○白身魚と野菜の煮 ◎白菜としらすの煮 ◎ブロッコリーのおかか和え	△軟飯 ○鶏肉とひじきの煮 ◎さつまいもの甘煮 ◎干草和え	△◎○かやくうどん △おにぎり ◎しらす和え	△軟飯 ○白身魚と青のりの煮 ◎大根の出汁煮 ○ヒレカツ	<b>天皇誕生日</b>
26日	27日	28日	29日	
△軟飯 ○白身魚の煮 ◎ブロッコリーの煮	△軟飯 ○鶏肉のみぞれ煮 ◎野菜の煮 ◎ひじき煮	△◎○野菜うどん △おにぎり ◎フルーツ	△軟飯 ○豆腐とさつまいもの煮 ◎白菜のおかか煮 ◎コーンサラダ	熱量 173 kcal 蛋白質 8.6 g 脂質 3.0 g

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの

※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

※全てのメニューにごはんがつきます。



# 2月こんだて

愛徳幼稚園



かほく食品

節分を過ぎるともう『春』といわれますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。毎日の食事では栄養のあるものを食べて寒さを乗り切りましょう。

月	火	水	木	金
			1日	2日
			△ごはん ○メンチカツ ○オムレツ ◎なます ◎みそ汁	△◎○ビビンバ丼 ○しゅうまい ◎春雨スープ
5日	6日	7日	8日	9日
△ごはん ○コロケ ○チーズ ◎シルバーサラダ ◎わかめスープ	△ごはん ○鶏肉の照焼き ◎カットコーン ◎ごまマヨ和え ◎みそ汁	△◎○カレーラーメン ◎白菜サラダ ◎フルーツ	△ごはん ○魚のトマトソース ○さつまいもの揚げ ◎大根サラダ ◎みそ汁	△ごはん ○野菜と豚肉の炒め物 ○オムレツ ◎レンコンサラダ ◎みそ汁
12日	13日	14日	15日	16日
<b>振替休日</b>	△ごはん ○魚の塩焼き ○花形豆乳しんじょ ◎じゃこ金平ごぼう ◎みそ汁	△◎○和風きのこスパゲティ ◎ブロッコリーのツナマヨ和え ◎フルーツ	△チキンライス ○かぼちゃひき肉フライ ◎キャベツサラダ ◎コーンクリームスープ ◎お誕生日ケーキ	△ごはん ○和風ハンバーグ ○おからポテト ◎お浸し ◎みそ汁
19日	20日	21日	22日	23日
△ごはん ○赤魚の煮 ○木の葉型豆乳しんじょ ◎ブロッコリーのおかか和え ◎すまし汁	△ごはん ○肉じゃが ○竹輪の天ぷら ◎干草和え ◎みそ汁	△いなり寿司 △◎○きつねうどん ◎しらす和え	△◎○キーマカレー ○ヒレカツ ◎プリン	<b>天皇誕生日</b>
26日	27日	28日	29日	
△◎○ちゃんぽん ○肉まん	△ごはん ○豚肉のケチャップ炒め ◎ひじき煮 ○花形豆乳しんじょ ◎みそ汁	△◎○イタリアンスパゲティ ◎かぼちゃサラダ ◎フルーツ	△ごはん ○からあげ ○コーンサラダ ◎みそ汁 ◎ミニゼリー	熱量 423 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 13.5 g

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの

※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

🍴 スポンマクの日には スポンも持って来て下さい。