

2月の献立表

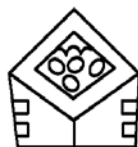
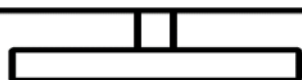
平成29年度

| 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 | 木 | 豚焼肉 野菜サラダ 豆腐汁 | 豚ロース肉 レタス きゅうり カニカマ トマト 豆腐 椎茸 油揚げ 葱 | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 2 | 金 | 鶏から揚げ サラダ巻き 野菜サラダ しょうめん汁 | 鶏肉 カニカマ きゅうり 卵 レタス トマト しょうめん かまぼこ | ごはん | おかし | 節分蒸しパン 牛乳 | 節分蒸しパン 牛乳 |
| 3 | 土 | キーマカレー マカロニサラダ フルーツゼリー | 挽肉 ハム じゃが芋 玉ねぎ 人参 マカロニ きゅうり ツナ缶 トマト | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 4 | 日 | 休日 | | | | | |
| 5 | 月 | 白身フライ コールソーサラダ しじみ汁 | ベーコン 白身フライ キャベツ きゅうり 人参 トマト しじみ貝 | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 6 | 火 | 目玉焼き もやし豆苗炒め 白菜汁 | 卵 もやし 人参 大角天 豆苗 椎茸 トマト 白菜 油揚げ | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 7 | 水 | ポテトサラダ ミートボール 牛乳 | ミートボール ハム じゃが芋 人参 きゅうり トマト | パン | おかし | フルーツ | フルーツ |
| 8 | 木 | きのこハンバーグ 野菜サラダ 菜っ葉汁 | 合挽き肉 玉葱 おから 椎茸 しめじ 卵 レタス きゅうり カニカマ トマト 菜っ葉 | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 9 | 金 | 和風醤油ラーメン フルーツ | チャーシュー 中華麺 メンマ なんと 麩 わかめ ねぎ | 麺 | おかし | おかし、ヤクルト | おかし、ヤクルト |
| 10 | 土 | ハヤシカレー Qチャン漬け フルーツ | 牛肉 玉葱 人参 Qチャン漬け | ごはん | おかし | おかし | おかし |
| 11 | 日 | 建国記念日 | | | | | |
| 12 | 月 | 振替休日 | | | | | |
| 13 | 火 | 納豆 厚焼き卵 醤油昆布 豚汁 | 豚肉 納豆 卵 醤油昆布 白菜 人参 椎茸 しめじ 牛蒡 高野豆腐 葱 糸こんに | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 14 | 水 | チーズコロッケ 野菜サラダ 牛乳 | 挽肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 チーズ 卵 レタス きゅうり カニカマ トマト | パン | おかし | いちごホットケーキ サンド カルピス | いちごホットケーキ サンド カルピス |
| 15 | 木 | ギョーザ 中華風春雨炒め わかめスープ | 挽肉 椎茸 ニラ 白菜 ねぎ 春雨 人参 ソーセージ 油揚げ わかめ 白ごま | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 16 | 金 | 豚やきそば ひつつみ汁 | 豚肉 焼きそば麺 キャベツ 人参 椎茸 ピーマン ひつつみ ねぎ | 麺 | おかし | おかし、ジョア | おかし、ジョア |
| 17 | 土 | チキンカレー 福神漬け フルーツ | 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 フルーツ | ごはん | おかし | おかし | おかし |
| 18 | 日 | 休日 | | | | | |
| 19 | 月 | サンマ蒲焼缶 切干大根 わかめ汁 | サンマ蒲焼缶 切干大根 人参 糸こんに 大角天 トマト じゃが芋 わかめ | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 20 | 火 | 照り焼きチキン 三色丼 お吸い物 | 鶏肉 挽肉 紅鮭 卵 レタス きゅうり カニカマ トマト 花麩 銀たら 三つ葉 | ごはん | おかし | おかし、ケーキ | おかし、ケーキ |
| 21 | 水 | フランクフルト 野菜サラダ 牛乳 | フランクフルト レタス きゅうり カニカマ トマト フルーツ缶 | パン | おかし | フルーツ | フルーツ |
| 22 | 木 | 牛丼風 きゅうりともやし酢の物 豆腐汁 | 牛肉 糸こんに 玉葱 きゅうり もやし ちくわ わかめ 白ごま 豆腐 椎茸 油揚げ | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 23 | 金 | 野菜たっぷり味噌ラーメン | 挽肉 中華麺 玉葱 キャベツ 人参 椎茸 なんと メンマ 麩 わかめ もやし ニラ | 麺 | おかし | ヨーグルト | ヨーグルト |
| 24 | 土 | ポークカレー Qチャン漬け フルーツ | 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 フルーツ | ごはん | おかし | おかし | おかし |
| 25 | 日 | 休日 | | | | | |
| 26 | 月 | 味噌おでん わかめ汁 | 大根 角こんに 白身魚揚げ 大角天 卵 人参 じゃが芋 わかめ | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 27 | 火 | かに玉 ウインナー ほうれん草ゴマ和え 大根汁 | ウインナー 卵 カニカマ 椎茸 ゴま ほうれん草 | ごはん | おかし | おかし、牛乳 | おかし、牛乳 |
| 28 | 水 | アメリカンドック ブロッコリーサラダ 牛乳 | ハム ソーセージ ブロッコリー 卵 トマト | パン | おかし | フルーツ | フルーツ |

楽しい食事のために...

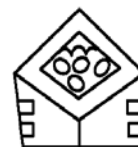
ノーテレビ運動と 食事の雰囲気づくり

「ノーテレビ運動」とは、食事中のテレビを消すというものです。親子間の会話が増えることから、子どもの「ながら食べ」防止に効果があるとされています。園でも給食中の、子ども同士の何げないおしゃべりを重要視し、楽しい食事の雰囲気づくりに努めています。



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、感性を養ってみたいものですね。



* 2月2日(金)と2月20日(火)は行事食です。ご飯はいりません。

献立表(離乳食)

平成29年度2月

| 日 | 曜日 | 献立名 | | おやつ(午前・午後) | | |
|----|----|---------------------------|------------------------------|------------|--------|---|
| 1 | 木 | お粥、蒸し豚 温野菜 トマト 豆腐汁 | 豚肉 レタス きゅうり トマト 豆腐 椎茸 | おかし | おかし | ○ |
| 2 | 金 | お粥、さわら煮つけ 野菜サラダ そうめん汁 | さわら レタス きゅうり トマト そうめん | おかし | 蒸しパン | △ |
| 3 | 土 | お粥、マカロニサラダ 具だくさんスープ ゼリー | マカロニ 人参 きゅうり ジャガイモ 玉ねぎ | おかし | おかし | □ |
| 4 | 日 | 休日 | | | | |
| 5 | 月 | お粥、タラ煮つけ キャベツ煮びたし シジミスープ | タラ キャベツ 人参 トマト シジミ貝 | おかし | おかし | ○ |
| 6 | 火 | お粥、ホッケ焼き もやしお浸し トマト 白菜汁 | ホッケ もやし 人参 椎茸 トマト 白菜 | おかし | おかし | △ |
| 7 | 水 | お粥、ポテトサラダ ミートボール トマト | ジャガイモ 人参 きゅうり ミートボール トマト | おかし | フルーツ | □ |
| 8 | 木 | お粥、煮込みハンバーグ 温野菜 菜っ葉汁 | 挽肉 玉葱 椎茸 おから レタス 菜っ葉 | おかし | おかし | ○ |
| 9 | 金 | 煮込みうどん フルーツゼリー | うどん麺 キャベツ 人参 椎茸 たまねぎ | おかし | おかし | △ |
| 10 | 土 | お粥、具だくさんスープ フルーツ | ジャガイモ 玉ねぎ 人参 フルーツ | おかし | おかし | □ |
| 11 | 日 | 建国記念の日 | | | | |
| 12 | 月 | 振替休日 | | | | |
| 13 | 火 | 納豆粥、カレイ煮魚 醤油昆布 豚汁刻み | カレイ 納豆 醤油昆布 白菜 人参 椎茸 | おかし | おかし | ○ |
| 14 | 水 | 野菜たっぷり雑炊 フルーツゼリー | ジャガイモ 人参 玉葱 きゅうり フルーツゼリー トマト | おかし | ホットケーキ | △ |
| 15 | 木 | お粥、赤魚煮付け 春雨柔らか煮 トマト スープ | 赤魚 春雨 人参 椎茸 トマト たまねぎ | おかし | おかし | □ |
| 16 | 金 | 豚焼きそば オニオンスープ | 焼きそば麺 キャベツ 人参 椎茸 ピーマン | おかし | おかし | ○ |
| 17 | 土 | お粥、具だくさんスープ フルーツ | ジャガイモ 玉ねぎ 人参 フルーツ | おかし | おかし | △ |
| 18 | 日 | 休日 | | | | |
| 19 | 月 | お粥、サンマ蒲焼缶 切干大根 トマト ジャガイモ汁 | サンマ蒲焼缶 切干大根 人参 ピーマン トマト | おかし | おかし | □ |
| 20 | 火 | 二色粥、銀タラ煮つけ 野菜サラダ お吸い物 | 鮭 挽肉 銀たら レタス きゅうり トマト 麩 | おかし | おかし | ○ |
| 21 | 水 | お粥、ソーセージ 野菜サラダ トマト | ソーセージ レタス きゅうり トマト フルーツ缶 | おかし | フルーツ | △ |
| 22 | 木 | 牛丼風粥、きゅうりともやしお浸し トマト 豆腐汁 | 牛肉 玉葱 きゅうり もやし 椎茸 トマト トウフ | おかし | おかし | □ |
| 23 | 金 | 煮込みうどん フルーツゼリー | うどん麺 キャベツ 人参 椎茸 たまねぎ ゼリー | おかし | ヨーグルト | ○ |
| 24 | 土 | お粥、具だくさんスープ フルーツ | ジャガイモ 玉ねぎ 人参 フルーツ | おかし | おかし | △ |
| 25 | 日 | 休日 | | | | |
| 26 | 月 | お粥、味噌おでん ジャガイモ汁 | 大根 人参 白身魚揚げ ジャガイモ | おかし | おかし | □ |
| 27 | 火 | お粥、赤魚煮付け ほうれん草お浸し 大根汁 | 赤魚 ほうれん草 人参 たまねぎ 大根 椎茸 | おかし | おかし | ○ |
| 28 | 水 | お粥、ソーセージとブロッコリー柔らか煮 スープ | ソーセージ ブロッコリー 人参 トマト | おかし | フルーツ | △ |

手づかみ食べと遊び食べの違い

*** 手づかみ食べは食べる(口に入れる)ことに意欲的です。一方、遊び食べは食べる気はありませんから、口に運ばずにテーブルの下に落としたり、投げたり、食べ物を玩具にしてしまいます。食べ始めて、ある程度自分で食べたら、スプーンで残ったものを介助してやり、顔を背けたり、イヤイヤしたらごちそうさまのサインと思って食事を終わらせます。**



○湯ざまし △ジュース □お茶