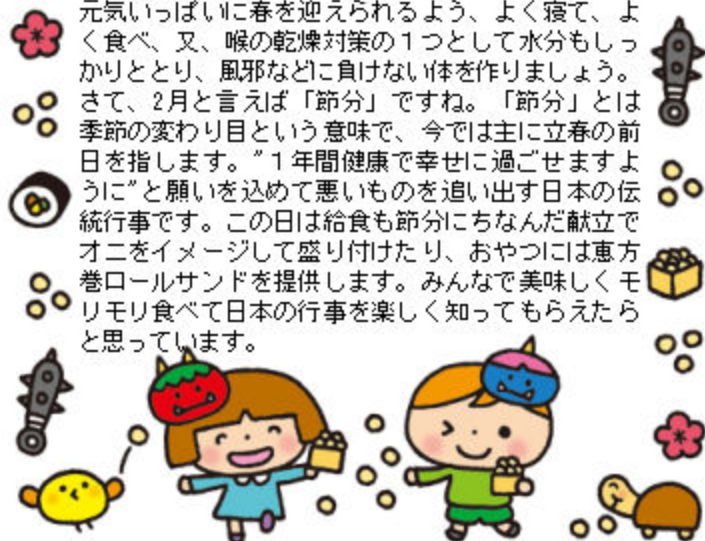


暦の上では春が近づいていますが、2月は1年の中でも特に気温が低く、体調を崩しやすい季節です。元氣いっぱい春を迎えられるよう、よく寝て、よく食べ、又、喉の乾燥対策の1つとして水分もしっかりとり、風邪などに負けない体を作りましょう。さて、2月と言えば「節分」ですね。「節分」とは季節の変わり目という意味で、今では主に立春の前日を指します。“1年間健康で幸せに過ごせますように”と願いを込めて悪いものを追い出す日本の伝統行事です。この日は給食も節分にちなんだ献立でオニをイメージして盛り付けたり、おやつには恵方巻ロールサンドを提供します。みんなで美味しくモリモリ食べて日本の行事を楽しくしてもらえたらと思っています。



赤黄緑の食をバランスよく!

食べ物は、それぞれ大切な働きをもっています。
次の3つのグループの食品を好き嫌いせず
バランス良くたべましょう。

きいろのたべもの
【熱や力になる】
はん・パン・うどん
そば・じゃがいも
砂糖・油 等

あかのたべもの
【血や肉になる】
鶏肉・豚肉・牛肉
魚・牛乳・たまご
みそ・チーズ等

みどりのたべもの
【体の調子を整える】
キャベツ・たまねぎ
ほうれん草・トマト
みかん・りんご等

今月の1日の平均	エネルギー 523	たんぱく質 20	脂質 18	カルシウム 300
基準値	エネルギー 500	たんぱく質 18	脂質 15	カルシウム 225

日付	献立名	材料名			おやつ	日付	献立名	材料名			おやつ
		熱を加えるもの	油や酢を加えるもの	ほの湯子を入れるもの				熱を加えるもの	油や酢を加えるもの	ほの湯子を入れるもの	
02月	煮入り御飯、サワラの梅味増焼、がんもどきと大根の煮物、じゃが芋と白菜のすまし汁	米、じゃがいも、薄麦、みりん、しょうゆ、三温糖、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、さわかんもどき、〇チーズ、淡色みそ	はくさい、だいこん、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ゆかり、カットわかめ、干しいたけ	〇牛乳、〇ビスコ、〇牛乳、〇かりんとう、〇チーズ	16月	煮入り御飯、サワラの梅味増焼、がんもどきと大根の煮物、じゃが芋と白菜のすまし汁	米、じゃがいも、薄麦、みりん、しょうゆ、三温糖、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、さわかんもどき、淡色みそ	はくさい、だいこん、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ゆかり、カットわかめ、干しいたけ	〇牛乳、〇クエハース、〇牛乳、〇ビスケットサンド、〇カップゼリー
03火	☆節分☆、オニギリ、オニオの全粒パンパング、コロコロサラダ、キャベツと大根のスープ	米、〇食パン、じゃがいも、〇小麦粉、パン粉、マヨドレ、ケチャップ、〇グラニュー糖、コンソメ、食塩、すし酢、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、鶏ひき肉、牛ひき肉、〇オリーブオイル、〇バター、牛乳、ハム、ベーコン、スライスチーズ	たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、〇パナナ、きゅうり、しめじ、〇みかん缶、コーン(冷凍)、〇干しぶどう、焼きのり	〇牛乳、〇クッキー、〇牛乳、〇恵方巻きロールサンド	17火	キーマカレー、デンゲン菜とハムのソテー	米、〇ロールパン、ケチャップ、クスターソース、しょうゆ、コンソメ、油、三温糖、カレー粉、食塩	〇牛乳、〇牛乳、鶏ひき肉、牛ひき肉、〇つゆ、みかん(砂糖添加)、ハム	たまねぎ、〇ブールン、デンゲンサイ、にんじん、キャベツトマトビュレ、ピーマン、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、しょうゆ	〇牛乳、〇アラッカード、〇牛乳、〇あんぱん、〇ブールン
04水	鶏ひき肉とボロウの和風スパゲティ、ブロッコリーとベーコンのチーズ焼き、かぼちゃと小根菜のスープ	〇米、スパゲティ、マヨドレ、しょうゆ、コンソメ	〇牛乳、〇牛乳、鶏ひき肉、ベーコン、〇さけ、ピザ用チーズ、干しいたけ、バター	たまねぎ、ブロッコリー、かぼちゃ、こまつな、にんじん、ごぼう、えのきたけ、エリンギ、焼きのり	〇牛乳、〇すやきせんべい、〇牛乳、〇鮎おにぎり、〇甘納豆	18水	鶏ひき肉とボロウの和風スパゲティ、ブロッコリーとベーコンのチーズ焼き、かぼちゃと小根菜のスープ	〇米、スパゲティ、マヨドレ、しょうゆ、コンソメ	〇牛乳、〇牛乳、鶏ひき肉、ベーコン、ピザ用チーズ、干しいたけ、バター	たまねぎ、ブロッコリー、かぼちゃ、こまつな、にんじん、ごぼう、えのきたけ、エリンギ、焼きのり	〇牛乳、〇ビスケット、〇牛乳、〇ふりかけおにぎり、〇甘納豆
05木	かき揚げ(完)と鶏、カニカマと野菜の丼、ほうれん草のおかか和え、芋のこ汁	米、てんぷら粉、さいとも、油、こんにゃく、しょうゆ、砂糖、みりん	〇牛乳、鶏もも肉、かにかまぼこ、米みそ(淡色みそ)、かつお節	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、もやし、だいこん、いたけ、ねぎ、しんきく	〇牛乳、〇クエハース、〇煎茶煎餅、〇せんべい	19木	かき揚げ(完)と鶏、カニカマと野菜の丼、ほうれん草のおかか和え、芋のこ汁	米、てんぷら粉、さいとも、油、こんにゃく、しょうゆ、砂糖、みりん	〇牛乳、〇牛乳、鶏もも肉、かにかまぼこ、米みそ(淡色みそ)、かつお節	〇デコポン、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、もやし、だいこん、いたけ、ねぎ、しんきく	〇牛乳、〇せんべい、〇牛乳、〇デコポン、〇クラッカー
06金	御飯、カレーのムニエル、ポークビーンズ、白菜と水菜のスープ	米、じゃがいも、ケチャップ、コンソメ、小麦粉、油、砂糖、食塩	〇牛乳、〇牛乳、かれい、鶏ひき肉、大豆(ゆで)、バター	たまねぎ、はくさい、みずな、ピーマン、にんじん、えのきたけ	〇牛乳、〇クラッカー、〇牛乳、〇カップゼリー、〇紙かきハース	20金	御飯、カレーのムニエル、ポークビーンズ、白菜と水菜のスープ	米、〇コーンフ레이크、じゃがいも、ケチャップ、コンソメ、小麦粉、油、食塩、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、かれい、鶏ひき肉、大豆(ゆで)、バター	たまねぎ、はくさい、〇干しぶどう、みずな、ピーマン、にんじん、えのきたけ	〇牛乳、〇かりんとう、〇牛乳、〇シリアル、〇レーズン
07土	五目だん、ウインナーソテー	ゆでだん、みりん、しょうゆ、油、食塩	〇牛乳、〇牛乳、鶏肉もも、ウインナー、油揚げ	万能ねぎ、はくさい、だいこん、にんじん、しいたけ	〇牛乳、〇ビスケット、〇牛乳、〇アラッカード	21土	五目だん、ウインナーソテー	ゆでだん、みりん、しょうゆ、油、食塩	〇牛乳、〇牛乳、鶏肉もも、ウインナー、油揚げ	万能ねぎ、はくさい、だいこん、にんじん、しいたけ	〇牛乳、〇ビスコ、〇牛乳、〇せんべい
09月	御飯、揚げ鶏(レモン)醤油(完)と鶏、鯛の煮付け、ピーマンの五目がめ、デンゲン菜とすの草のスープ	米、〇食パン、〇ミロ(麦芽飲料)、ピーマン、しょうゆ、油、片栗粉、中華だし、のり、ごま油、砂糖、食塩	〇牛乳、〇牛乳、たい、豚肉(もも)、〇無塩バター	〇ブールン、デンゲンサイ、みずな、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン(冷凍)、ピーマン、レモン果汁	〇牛乳、〇せんべい、〇牛乳、〇ミロトースト、〇ブールン	24火	御飯、肉じゃが、小根菜とひじきのマヨサラダ、鶏と大根の味噌汁	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇小麦粉、マヨドレ、しょうゆ、〇砂糖、〇グラニュー糖、〇グラニュー糖、砂糖、油、焼、みりん	〇牛乳、〇牛乳、牛肉もも、〇無塩バター、米みそ(淡色みそ)、〇バター、ハム	たまねぎ、こまつな、だいこん、キャベツ、にんじん、〇にんじん、ねぎ、コーン(冷凍)、カットわかめ、ひじき	〇牛乳、〇クッキー、〇牛乳、〇人参コーン
10火	御飯、肉じゃが、小根菜とひじきのマヨサラダ、鶏と大根の味噌汁	米、じゃがいも、〇アンパンマンのふんわりコン、マヨドレ、しょうゆ、砂糖、油、焼、みりん	〇牛乳、〇牛乳、牛肉もも、米みそ(淡色みそ)、ハム	たまねぎ、こまつな、だいこん、キャベツ、にんじん、ねぎ、コーン(冷凍)、カットわかめ、ひじき	〇牛乳、〇かりんとう、〇牛乳、〇ふじゼリー(鉄分入り)、〇ふじクローン	25水	☆お誕生会☆、新料理ごはん、ミートボール、コールスローサラダ、ウインナーと白菜のスープ	米、〇小麦粉、ケチャップ、パン粉、油、〇砂糖、すし酢、砂糖、コンソメ、三温糖、しょうゆ、ウスターソース、食塩	〇牛乳、鶏ひき肉、牛ひき肉、〇牛乳、〇無塩バター、〇オリーブオイル、ウインナー	〇オレンジ天然果汁、たまねぎ、キャベツ、はくさい、れんこん、〇マーマレード、にんじん、きゅうり、エリンギ、夏バブリカ	〇牛乳、〇すやきせんべい、〇オレンジジュース、〇カップケーキ
12木	食パン、鶏肉のチーズパン粉焼き、切干大根とベーコンのコンソメ煮、さつま芋と小根菜のミルクスープ	食パン、さつま芋、〇グラニュー糖、〇焼、パン粉、コンソメ、油、マヨドレ、しょうゆ、三温糖、食塩	〇牛乳、〇ヨーグルト無糖、鶏肉、牛乳、〇無塩バター、ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、こまつな、にんじん、切干だいこん、干しいたけ、パセリ	〇牛乳、〇ビスコ、〇ヨーグルト、〇酢のラスク	26木	食パン、鶏肉のチーズパン粉焼き、切干大根とベーコンのコンソメ煮、さつま芋と小根菜のミルクスープ	食パン、さつま芋、パン粉、コンソメ、油、マヨドレ、しょうゆ、三温糖、食塩	〇牛乳、〇牛乳、鶏肉、牛乳、ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、こまつな、にんじん、切干だいこん、干しいたけ、パセリ	〇牛乳、〇クエハース、〇牛乳、〇野菜ゼリー(鉄分入り)、〇鮎粉ビスケット
13金	ふりかけ御飯、鮭のポテトバーグ、ゴボウの甘辛炒め、デンゲン菜とすの草の味噌汁	米、じゃがいも、〇小麦粉、パン粉、しょうゆ、〇グラニュー糖、砂糖、ごま油	〇牛乳、〇牛乳、さけ、鶏ひき肉、牛乳、米みそ(淡色みそ)、〇バター、ピザ用チーズ	〇パナナ、にんじん、デンゲンサイ、もやし、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、しいたけ	〇牛乳、〇クッキー、〇牛乳、〇ビスコ、〇パナナ	27金	ふりかけ御飯、鮭のポテトバーグ、ゴボウの甘辛炒め、デンゲン菜とすの草の味噌汁	米、じゃがいも、パン粉、しょうゆ、砂糖、ごま油	〇牛乳、〇牛乳、さけ、鶏ひき肉、牛乳、米みそ(淡色みそ)、ピザ用チーズ	〇パナナ、にんじん、デンゲンサイ、もやし、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、しいたけ	〇牛乳、〇アラッカード、〇牛乳、〇バナナコーン
14土	豚丼、豆腐と小根菜の味噌汁	米、しょうゆ、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、豚肉もも、絹ごし豆腐、米みそ(淡色みそ)	たまねぎ、こまつな、にんじん	〇牛乳、〇すやきせんべい、〇牛乳、〇かりんとう	28土	豚丼、豆腐と小根菜の味噌汁	米、しょうゆ、砂糖	〇牛乳、〇牛乳、豚肉もも、絹ごし豆腐、米みそ(淡色みそ)	たまねぎ、こまつな、にんじん	〇牛乳、〇ビスケット、〇牛乳

※仕入れ等の都合により 献立が変更になる場合があります。 ※赤色は新メニューです

2025年度 2月 離乳食 給食だより

愛和保育園

暦の上では春が近づいていますが、2月は1年の中でも特に気温が低く、体調を崩しやすい季節です。元氣いっぱい春を迎えられるよう、よく寝て、よく食べ、又、喉の乾燥対策の1つとして水分もしっかりとり、風邪などに負けない体を作りましょう。さて、2月と言えば「節分」ですね。「節分」とは季節の変わり目という意味で、今では主に立春の前日を指します。"1年間健康で幸せに過ごせますように"と願いを込めて悪いものを追い出す日本の伝統行事です。この日は給食も節分にちなんだ献立でオニをイメージして盛り付けたり、おやつには恵方巻ロールサンドを提供します。みんなで美味しくモリモリ食べて日本の行事を楽しく知ってもらえたらと思っています。

赤黄緑の食をバランスよく!

食べ物は、それぞれ大切な働きをもっています。次の3つのグループの食品を好き嫌いせずバランス良くたべましょう。

きいろのたべもの
【熱や力になる】
ごはん・パン・うどん
そば・じゃがいも
砂糖・油 等

あかのたべもの
【血や肉になる】
鶏肉・豚肉・牛肉
魚・牛乳・たまご
みそ・チーズ等

みどりのたべもの
【体の調子を整える】
キャベツ・たまねぎ
ほうれん草・トマト
みかん・りんご等

日付	1回食			2回食
	初期	中期	後期	
2・16	じゃが芋スープ 米 じゃが芋 白菜 大根 人参 かつおだし	タラのあんかけ 米 たら じゃが芋 塩 片栗 白菜 人参 大根 玉ねぎのスープ	タラのあんかけ 米 たら じゃが芋 塩 片栗 白菜 人参 大根 玉ねぎのスープ	玉ねぎのおじや 米 玉ねぎ 塩 キャベツ 人参 大根
3	じゃが芋スープ 米 じゃが芋 キュウリ 大根 人参 かつおだし	鮭のミルク煮 米 鮭 じゃが芋 粉ミルク 塩 キュウリ 人参 大根 キャベツのスープ	鮭のミルク煮 米 鮭 じゃが芋 粉ミルク 塩 キャベツ しめじ 人参 大根 キュウリの和え物	かぼちゃのおじや 米 かぼちゃ 塩 ブロッコリー 人参 大根
4・18	かぼちゃスープ 米 かぼちゃ ブロッコリー 大根 人参 かつおだし	スパゲティ スパゲティ-ささ身かぼちゃ ブロッコリー 人参 大根 塩 小松菜のスープ	スパゲティ スパゲティ-ささ身かぼちゃ 小松菜エノキ人参大根クチャップ ブロッコリーの和え物	ほうれん草のおじや 米 さつまいも 塩 ほうれん草 人参 大根
5・19	さつまいもスープ 米 さつまいも ほうれん草 大根 人参 かつおだし	ツナの煮物 米 ツナ さつまいも 塩 ほうれん草 人参 大根 玉ねぎのスープ	ツナの煮物 米 ツナ さつまいも しょうゆ 玉ねぎ 椎茸 人参 大根 ほうれん草の和え物	もやしのおじや 米 もやし 塩 白菜 人参 大根
6・20	かぼちゃスープ 米 かぼちゃ 玉ねぎ 大根 人参 かつおだし	カレイの煮物 米 カレイ かぼちゃ 塩 玉ねぎ 人参 大根 白菜のスープ	カレイの味噌煮 米 カレイ かぼちゃ 味噌 玉ねぎ エノキ 人参 大根 白菜のスープ	ツナのおじや 米 ツナ 塩 玉ねぎ 人参 大根
7・21	さつまいもスープ 米 さつまいも 白菜 大根 人参 かつおだし	うどんと高野豆腐の煮物 うどん 高野 さつまいも 塩 白菜 人参 大根 ワカメのスープ	うどんと高野豆腐の煮物 うどん 高野 さつまいも 椎茸 白菜 人参 大根 しょうゆ ワカメのスープ	白菜のおじや 米 ワカメ 塩 白菜 人参 大根
9	鯛のスープ 米 鯛 なす 大根 人参 かつおだし	鯛の煮物 米 鯛 さつまいも 塩 なす 人参 大根 チンゲン菜のスープ	鯛の煮物 米 鯛 さつまいも 塩 なす 人参 大根 キャベツの和え物	チンゲン菜のおじや 米 玉ねぎ 塩 チンゲン菜 人参 大根
10・24	じゃが芋スープ 米 じゃが芋 小松菜 大根 人参 かつおだし	ツナの煮物 米 ツナ じゃが芋 塩 小松菜 人参 大根 キャベツのスープ	ハヤシライス 米 牛 じゃが芋 ケチャップ 玉ねぎ 人参 大根 片栗粉 小松菜の和え物	ひじきのおじや 米 ひじき 塩 キャベツ 人参 大根
12・26	さつまいもスープ 米 さつまいも 玉ねぎ 大根 人参 かつおだし	ささ身の煮物 米 ささ身 さつまいも 塩 玉ねぎ 人参 大根 小松菜のスープ	ささ身の煮物 米 ささ身 さつまいも しょうゆ 玉ねぎ 人参 大根 小松菜のスープ	じゃが芋のおじや 米 じゃが芋 塩 ワカメ 人参 大根
13・27	じゃが芋スープ 米 じゃが芋 チンゲン菜 大根 人参 かつおだし	鮭の煮物 米 鮭 じゃが芋 塩 チンゲン菜 人参 大根 キャベツのスープ	鮭の味噌煮 米 鮭 じゃが芋 味噌 チンゲン菜 椎茸 人参 大根 もやしのスープ	バナナリゾット 米 バナナ 塩 玉ねぎ 粉ミルク 人参 大根
14・28	かぼちゃスープ 米 かぼちゃ 小松菜 大根 人参 かつおだし	豆腐の煮物 米 豆腐 かぼちゃ 塩 小松菜 人参 大根 玉ねぎのスープ	豆腐の煮物 米 豆腐 かぼちゃ しょうゆ 小松菜 人参 大根 玉ねぎのスープ	小松菜のおじや 米 小松菜 塩 ツナ 人参 大根
17	じゃが芋スープ 米 じゃが芋 キャベツ 大根 人参 かつおだし	鮭のミルク煮 米 鮭 じゃが芋 粉ミルク 塩 キャベツ 人参 大根 チンゲン菜のスープ	鮭のミルク煮 米 鮭 じゃが芋 粉ミルク 塩 玉ねぎ 人参 大根 チンゲン菜の和え物	ブロッコリーのおじや 米 かぼちゃ 塩 ブロッコリー 人参 大根
25	かぼちゃスープ 米 かぼちゃ キャベツ 大根 人参 かつおだし	高野豆腐の煮物 米 高野 かぼちゃ 塩 キャベツ 人参 大根 白菜のスープ	高野豆腐の煮物 米 高野 かぼちゃ しょうゆ 白菜 人参 大根 キャベツの和え物	さつまいものおじや 米 さつまいも 塩 キュウリ 人参 大根

※仕入れ等の都合により 献立が変更になる場合があります。