

平成31年2月

たのしい給食 1号

認定こども園
新宝珠幼稚園

日	献立	ひよこのおやつ	園での食器	家からの持ち物
1日 (金)	チリコンカーン・フレンチサラダ・きのこ汁・ライス・オレンジ	牛乳 りんごのパンケーキ	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
4日 (月)	チャーハン・温野菜・季節の具だくさんスープ(冬)・マンゴー	牛乳 きな粉団子	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
5日 (火)	洋風おでん・もやしのナムル・わかめみそ汁・ライス・バナナ	牛乳 お菓子	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
6日 (水)		牛乳 ホットドッグ		コップ ふきん・はし
7日 (木)	八宝菜・ブロッコリーのおかか和え・玉子汁・ライス・パイナップル	牛乳 お菓子	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
8日 (金)	じゃが芋のカレー風味炒め・きゃべつと鶏のささ身サラダ ・洋風野菜スープ(玉ねぎ・人参)・ライス・黄桃	牛乳 ボンボンドーナッツ	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
12日 (火)	白身魚のフライ・スパゲティサラダ・中華野菜スープ(白菜・人参) ・ライス・フルーツゼリー	牛乳 お菓子	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
13日 (水)		牛乳 サンドイッチ		コップ ふきん・はし
14日 (木)	肉うどん・南瓜煮・バナナ	牛乳 お菓子	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
15日 (金)	ポークカレーライス・コーンサラダ・福神漬け・りんご	牛乳 フルーツヨーグルト	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
18日 (月)	豚肉と野菜の煮込み・ウインナーときゃべつのソテー ・すまし汁(大根・人参)・ライス・マンゴー	牛乳 みたらし団子	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
19日 (火)	ひじきご飯・ほうれん草のごま和え・野菜みそ汁(白菜・人参)・漬物 ・パイナップル ☆お誕生日会 三色団子 ☆	牛乳 お菓子	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
20日 (水)		牛乳 お好み焼き		コップ ふきん・はし
21日 (木)	鱈の煮付け・野菜三色和え・豆腐汁・ライス・オレンジ	牛乳 お菓子	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
22日 (金)	揚げシュウマイ・ビーフンの炒め物・わかめスープ・ライス ・フルーツゼリー	牛乳 ラスク	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
26日 (火)	じゃが芋とベーコンの煮込み・野菜サラダ・卵不使用イエローロール ・牛乳・りんご	お茶 味噌たんぼ	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
27日 (水)		牛乳 お菓子		コップ ふきん・はし
28日 (木)	牛丼・酢の物・麩みそ汁・バナナ	牛乳 お菓子	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし

今月の栄養平均値 1号エネルギー426kcal たんぱく質13.7g 脂質7.3g
1号は6日(水)・13日(水)・20(水)・27(水)は、お弁当になります。

2月給食だよ



2月3日は、節分です。節分を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒い毎日です。

この時期は、空気が乾燥して風邪をひきやすくなります。風邪をひかないためには、帰宅したらすぐに手洗い、うがいをし、適度な水分を取りましょう。うがいの出来ない子は、水分を取るだけでも効果的です。のどの乾燥も風邪をひく原因の一つです。風邪の時の食事は、風邪をひいてのどが痛くて食事ができない時、お粥も嫌がるようなら、お茶やプリン、ゼリーなど、のどを刺激しないもので水分とエネルギーを補給しましょう。

🌐 ホームページに子供達に人気のレシピを掲載しています。お家でも作ってみてください。

歯ブラシをわすれないように