

平成31年2月

たのしい給食 2号

認定こども園
新宝珠幼稚園

| 日 | 献立 | 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) | 鯖の煮付け・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 |
| 25日 (月) | 焼きそば・高野豆腐と野菜の煮物・洋風野菜スープ(きゃべつ・人参) | 牛乳 ホットケーキ | ランチ皿 - | 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 2号エネルギー644kcal たんぱく質21.2g 脂質14.8g
2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下さい。

歯ブラシをわすれないように