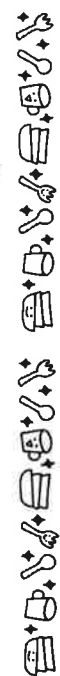


# 2月の南犬立



2024年2月  
認定こども園ひかり

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
		午前おやつ										
		昼食										
		午後おやつ										
5	牛乳 ムービーズケツト	6	お茶 パターザル	7	牛乳 ソフトサラダせん	8	お茶 味しらべ	9	牛乳 ホームパイ	10	牛乳 せんべい	
	ごはん ・ぼんかん		根菜キーマカレー		・ごはん ・バナナ		・コロクサン(未)ソフトフランス		・ごはん ・わかめのみそ汁		・焼き鶏丹	
	・厚焼きたまご		・青梗菜のツナ和え		・さばの生姜煮(未:たら)		・ほうれん草のキッシュ		・肉入り納豆和え		・ちやしとしらすのナムル	
	・炒り鶏煮		・ヨーグルト		・フロッコーのドレッシング和え		・わかろニサラダ		・さつま芋の甘煮		・じゃが芋のかき玉汁	
	・ほうれん草とじゃが芋のみそ汁				・鶏肉の具沢山汁		・コンソメスープ		・キャベツの磯和え		・りんご	
12	牛乳 ハッピーターン		牛乳 ほかうけ	14	牛乳 黒糖ラスク(未お惣ラスク)	15	牛乳 まあるいクラッカー	16	牛乳 フリソ蒸しパン	17	牛乳 クッキー	
			りんごゼリー		牛乳 えびせんべい		お茶 チョイス		お茶 Caせんべい		お茶 サラ	
							焼きうどん		・ごはん ・ぼんかん		・ごはん	
							ココロサラダ		・かじきのフライ		・オムレツ	
							もやしのかき玉汁		・白菜とハムのサラダ		・シタスサラダ	
							りんご		・クリームシチュー		・かぶのスープ	
							牛乳 塩昆布おにぎり		牛乳 おやさいりんどう		牛乳 せんべい	
							牛乳 ハーベスト		牛乳		牛乳	
19	牛乳 皇たべよ	20	牛乳 たまごサラダ	21	牛乳 揚げせんべい	22	牛乳 トリチート	23	牛乳	24	牛乳	
	・麻婆豆腐丼		・ごはん ・バナナ		・ごはん ・りんご		・鶏肉のアーモンド焼き		・天皇誕生日		・けんちんうどん	
	・春雨サラダ		・鮭の西京焼き		・れんこんパンパング		・グリーンサラダ				・ソーセージのカレー揚げ	
	・白菜の中華スープ		・大根のそぼろあんかけ		・じゃがりこ		・キャベツスープ				・シヨク	
	・オレソジ		・小松菜のかき玉汁		・青梗菜と油揚げのみそ汁		・キャベツスープ				牛乳 ピスケツト	
	牛乳 ミニ肉まん		牛乳 ミニカレーコロケツ		牛乳 焼きバナナツ		牛乳 雪の宿					
26	お茶 ピスコ	27	牛乳 玄米八珍せんべい	28	牛乳 セージュ	29	牛乳 まがりせんべい					
	・ハヤシライス		・ごはん ・バナナ		・塩焼きそば		・ごはん ・いちご					
	・小松菜のツナサラダ		・豚肉とごぼうのしぐれ煮		・大芋芋		・ポーグピーンズ					
	・牛乳		・ほうれん草のごま和え		・なめこのみそ汁		・チョップドサラダ					
			・里芋のみそ汁		・オレソジ		・もすくのかき玉スープ					
	ヤカルト400LT おにぎりのせんべい		牛乳 クツクル		牛乳 さけおにぎり		牛乳 スノーボールクッキー					

## 振替休日

## 愛情弁当の日

## 誕生会メニユー

## 天皇誕生日

今月の食育目標は・・・  
未満児【自分でスプーン等を持って意欲的に食べよう】  
以上児【食事の大切さを知り、食事のマナーを守って楽しく食べよう】です♪

暦の上では春ですが、一年で一番寒い時期です。風邪やインフルエンザが流行するこの季節。外から帰ったらすぐに「手洗い・うがい」をし、ハンカシの正しい使い方と十分な水分を取るなどの予防策をしつかりと行い、寒い季節を乗り切りましょう！



節分といえは豆まき。豆まきといえは大豆です。「畑の肉」といわれる大豆は、からだに必要なたんぱく質や脂質をたくさん含む栄養価が高い食材です。日本では弥生時代から栽培されています。大豆は水煮缶やパウチ、味噌に醤油、きな粉や豆腐などの加工食品が豊富な食材です。ほかにも大豆を加工してできる食べ物もたくさんあります。お店でも売っているので、探してみましよう。



今月のお弁当の日(土)と13日(火)です。  
(※3日は未満児の土曜保育利用のお子さんのみ弁当持参です)  
・冬場もノロウイルスなどの食中毒が出ます。原因菌やウイルスは、基本的には加熱処理をすることで、死滅させることができます。おかずはしっかりと中まで火を通して下さい。