

2月の行事・こんだて

2023年



日	曜	行事
1	水	
2	木	
3	金	節分
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	英語遊び
8	水	
9	木	
10	金	リトミック
11	土	建国記念の日 食育コンテスト表彰式
12	日	
13	月	
14	火	新人 入園説明会
15	水	ひまわりの会
16	木	誕生日会
17	金	リトミック
18	土	保育参観
19	日	
20	月	
21	火	英語遊び 調理師研究会
22	水	お別れ遠足 主任会
23	木	天皇誕生日
24	金	リトミック
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	

	月	火	水	木	金	土	日
日にち	旬の食材 ~小松菜~		1	2	3	4	5
9時のおやつ	栄養価が高いので「緑黄色野菜の王様」とも言われることがあります。カルシウムが豊富に含まれているので、骨粗しょう症予防になります。ビタミンCも多く含まれているので、風邪予防や肌荒れ解消にも効果があります。	*葉が大きいと味が濃く、小ぶりだとやわらかい *葉にツヤとハリがあり、肉厚のものが良品 *新線なものは根元がしっかりしている	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	
昼食			魚の煮付け 小松菜のごま和え 野菜のポトフ 果物	肉じゃが ししゃも タルタルブロッコリー 果物	鬼さんハンバーグ しいたけ入りミートソース スパゲティ, 大豆の甘辛煮 コーンスープ, 果物	味噌煮込みうどん 果物	
3時のおやつ			ミルク, れんこんチップ	ミルク, みたらし団子	ミルク, おからクッキー	牛乳, ミレービスケット	
日にち	6	7	8	9	10	11	12
9時のおやつ	牛乳, 黄粉おかき	牛乳, スコーン	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 果物	建国記念の日	
昼食	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ 洋風かき玉汁 果物	すき焼き風煮 つくねバーグ ブロッコリーのおかか和え 果物	鯖の味噌煮 わかめのごま風味和え にゅうめん 果物	うま煮 五目厚焼き玉子 野菜サラダ 果物	からあげ ほうれん草とツナのサラダ 豚汁 果物		
3時のおやつ	ミルク, ブラウニー	フルーツゼリー	ミルク, ドーナツ	ココアミルク, 黄粉団子	ミルク, フレンチトースト		
日にち	13	14	15	16	17	18	19
9時のおやつ	牛乳, どうぶつビスケット	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	保育参観日	
昼食	鮭のマヨネーズ焼き 刻み昆布煮 かぶと油揚げの味噌汁 果物	大豆の五目煮 春雨つくね 千切りサラダ 果物	照り焼きチキン 卵と小松菜のサラダ 白菜のクリームスープ 果物	マーボー豆腐 さつま芋の天ぷら ごぼうサラダ 果物	きのこご飯 魚の梅しそ焼き ブロッコリーのごま和え かしわ汁, 果物		
3時のおやつ	ミルク, チーズ蒸しパン	麦茶, ゆかりとちりめんのおにぎり	ミルク, やせうま	ミルク, ジャムサンド	ミルク, 麩の黄粉スナック		
日にち	20	21	22	23	24	25	26
9時のおやつ	牛乳, 野菜ウエハース	牛乳, 果物	持ってきたお菓子	天皇誕生日	牛乳, 芋けんぴ	牛乳, 果物	
昼食	チキンケチャップソテー ハンサンス 中華風コーンスープ 果物	豆腐の五目煮 魚の竜田揚げ ひじきの和風サラダ 果物	お弁当 お別れ遠足		ハヤシライス タンドリーチキン 千切りキャベツ 果物	チャンブル風ビーフン 果物	
3時のおやつ	ミルク, さつま芋入り黒砂糖蒸しパン	ソファール	持ってきたお菓子		フルーツポンチ	牛乳, 豆乳クッキー	
日にち	27	28	メニュー紹介 ~タンドリーチキン~				
9時のおやつ	牛乳, 豆乳クッキー	牛乳, 果物	(材料) 大人4人分 子どもは大人の1/2の量です 鶏もも肉………350g ヨーグルト………大さじ2 醤油………小さじ2 砂糖………小さじ2 ケチャップ………小さじ4 カレー粉………小さじ1 (作り方) ① 調味料をボウルにすべて入れて、よく混ぜた中に一口大に切った鶏肉を漬け込む。 ② フライパンに油を敷いて①を焼く。 お肉の中まで火が通ったら出来上がり♪ *ヨーグルトを入れることで、お肉が柔らかくなります。 *調味料をビニール袋やジップロックに入れ鶏肉を漬け込むと洗い物が少なく良い				
昼食	魚のごま味噌焼き コールスローサラダ 豆腐と大根の味噌汁 果物	マカロニグラタン 鶏レバーの甘辛煮 野菜のごま和え 果物					
3時のおやつ	ミルク, かぼちゃケーキ	ミルク, いらこのバタースナック					

*9時のおやつは0・1・2歳児のみです *カレー・シチュー・ハヤシライスの日はスプーンを持って来ても良いです(3・4・5歳児のみ) *果物は変更することがあります *園で使用しているお米は国産です