



給食たより

旭ヶ丘こども園

令和7年

月	火	水	木	金	土
<p>◎毎日果物がつきます。</p> <p>◎（土）はおにぎりの日です。 （3・4・5歳児）</p> <p>◎★が新メニューです。</p>					<p>1 肉豆腐 ちくわときゅうりのツナマヨ和え みそ汁（玉葱、わかめ） 364kcal</p> <p>りんごジュース 牛乳 せんべい</p>
<p>3 とり天 小松菜とツナの和え物 みそ汁（なめこ、豆腐） 381kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 ゴマとチーズのスティックケーキ</p>	<p>4 ミートソーススパゲティ 水菜とちくわのサラダ トマトと卵のスープ 401kcal</p> <p>りんごジュース スキムミルクココア ドーナツ</p>	<p>5 ちくわの磯辺揚げ 引き昆布の煮物 せんべい汁 364kcal</p> <p>牛乳 フルーツヨーグルト</p>	<p>6 カレーライス ツナコーンサラダ もずくスープ 510kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 人参とチーズのスコーン</p>	<p>7 キッズヤンニョムチキン マセドアンサラダ 具沢山だし活スープ 413kcal</p> <p>牛乳 スキムミルク 肉まん</p>	<p>8 ホッケの塩焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁（キャベツ、人参） 311kcal</p> <p>りんごジュース 牛乳 せんべい</p>
<p>10 肉じゃが ★白菜とりんごの塩麹サラダ みそ汁（大根、油揚げ） 344kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 黒糖蒸しパン</p>	<p>11【建国記念の日】 みそラーメン フロッキーとポテトのサラダ 405kcal</p> <p>飲むヨーグルト 牛乳 カスタードドック</p>	<p>12 ★タラのカラフル焼き シーザーサラダ ニラ玉スープ 393kcal</p> <p>飲むヨーグルト 牛乳 カスタードドック</p>	<p>13 白菜とひき肉のあんかけ丼 きゅうりとしらすの酢の物 とり汁 343kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 お麩スナック</p>	<p>14 回鍋肉 レンコンともやしの和え物 みそ汁（なめこ、豆腐） 386kcal</p> <p>牛乳 スキムミルク オレンジ風味のブラウニー</p>	<p>15 のり塩チキン ちくわときゅうりのツナマヨ和え みそ汁（わかめ、ねぎ） 344kcal</p> <p>りんごジュース 牛乳 せんべい</p>
<p>17 いりどり 小松菜のサラダ みそ汁（かぶ、しめじ） 332kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 フライドポテト</p>	<p>18 みそラーメン フロッキーとポテトのサラダ 405kcal</p> <p>飲むヨーグルト スキムミルクココア ジャムサンド</p>	<p>19【誕生会】 ロールパン チーズハンバーグ マカロニエッグサラダ ミネストローネ 394kcal</p> <p>牛乳 りんごジュース マーブルケーキ</p>	<p>20 ネバネバ丼 高野豆腐のそぼろあん 冬野菜スープ 422kcal</p> <p>野菜ジュース フルーチェ</p>	<p>21 キッズヤンニョムチキン マセドアンサラダ 具沢山だし活スープ 413kcal</p> <p>牛乳 スキムミルク マーマレードサブシ</p>	<p>22 サバの塩焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁（しめじ、玉葱） 317kcal</p> <p>りんごジュース 牛乳 せんべい</p>
<p>24【振替休日】</p>	<p>25 親子うどん 水菜とちくわのサラダ 340kcal</p> <p>飲むヨーグルト 麦茶 おにぎり</p>	<p>26 鯖と玉葱の煮物 白菜とベーコンの和え物 けんちん汁 389kcal</p> <p>牛乳 フルーツポンチ</p>	<p>27 栄養満点丼 きゅうりとしらすの酢の物 豚汁 406kcal</p> <p>野菜ジュース 牛乳 コーントースト</p>	<p>28 回鍋肉 レンコンともやしの和え物 みそ汁（なめこ、豆腐） 386kcal</p> <p>牛乳 スキムミルクココア きなこマカロニ</p>	<p>予定献立</p> <p>10時のおやつ(未満児) 3時のおやつ</p>

節分の豆まき



節分に豆をまくのは、旧暦の新年の始まりである立春の前日に、家に災い＝鬼が入り込まないようにするためのといわれています。鬼を魔ととらえ、鬼の目（魔目）を打つという意味で、豆が用いられているといわれています。



はしの持ち方

進級を前に、子どもがはしを正しく持っているかどうか、見直してみましょう。上のはしは中央より少し上を親指のはらとひとさし指のはらで持ち、中指の横に乗せます。下のはしは薬指の横に乗せ、上のはしだけ動かします。はし1本だけを鉛筆持ちで上下に動かす練習をすると、じょうずになっていきます。

