

2月



# 給食だより

旭ヶ丘こども園

令和5年

月	火	水	木	金	土
	予定献立	1 ★豆腐入り松風焼き★ レンコンともやしの和え物 みそ汁(わかめ、大根) 熱量 342kcal	2 シチュー・オーライ 小松菜のサラダ キャベツと卵のスープ 熱量 403kcal	3 【豆まき集会】 ししゃもの唐揚げ 白菜とベーコンのサラダ 豚汁 熱量 362kcal	4 肉豆腐 スパサラダ みそ汁(玉葱、わかめ) 熱量 336kcal
	10時のおやつ(未満児)	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
	3時のおやつ	スキムミルク アメリカンドック	牛乳 じゃこトースト	スキムミルク 鬼まんじゅう	牛乳 せんべい
6 いりどり キャベツとカニカマの酢の物 みそ汁(白菜、心のり) 熱量 271kcal	7 カレーうどん ★レンコンの ハムチーズ焼き★ 熱量 438kcal	8 ポークケチャップ ポテトサラダ 野菜スープ 熱量 481kcal	9 すきやき丼 春雨の酢の物 具沢山だし活スープ 熱量 438kcal	10 ほっけの唐揚げ シーザーサラダ みそ汁(もやし、豚肉) 熱量 389kcal	11 【建国記念の日】
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	
スキムミルク ゆべし	麦茶 おにぎり	スキムミルク お好み焼き	フルーチェ	スキムミルク 今川焼き	
13 じゃが芋と生揚げのそぼろ煮 小松菜とツナの和え物 みそ汁(キャベツ、えのき) 熱量 336kcal	14 じゃじゃ麺 大根とりんごのサラダ かき玉わかめスープ 熱量 404kcal	15 豆腐入り松風焼き レンコンともやしの和え物 みそ汁(わかめ、大根) 熱量 342kcal	16 白菜とひき肉のあんかけ丼 ちくわときゅうりのツナマヨ和え みそ汁(なめこ、豆腐) 熱量 383kcal	17 【誕生日会】 ロールパン、チーズハンバーグ マカロニサラダ クラムチャウダー 熱量 456kcal	18 春巻き レタスサラダ ニラ玉スープ 熱量 388kcal
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース	野菜ジュース	牛乳	りんごジュース
スキムミルク 肉まん	スキムミルク ★マッシュラココアホットケーキ★	スキムミルク お麩スナック	牛乳 ジャムサンド	なめらかプリン	牛乳 せんべい
2.0 いりどり キャベツとカニカマの酢の物 みそ汁(白菜、心のり) 熱量 271kcal	21 親子うどん ひじきサラダ 熱量 294kcal	22 ポークケチャップ ポテトサラダ 野菜スープ 熱量 481kcal	23 【天皇誕生日】	24 ネバネバ丼 イカときゅうりの酢みそ和え とり汁 熱量 384kcal	25 鮭の生姜焼き 引き昆布の煮物 みそ汁(大根、なめこ) 熱量 285kcal
野菜ジュース	牛乳	りんごジュース		野菜ジュース	りんごジュース
スキムミルク オニオンベーコンブレッド	フルーツヨーグルト	牛乳 きなこのスノーボール		牛乳 ワインナーロール	牛乳 せんべい
27 じゃが芋と生揚げのそぼろ煮 小松菜とツナの和え物 みそ汁(キャベツ、えのき) 熱量 336kcal	28 あんかけ焼きそば 大根サラダ もずくスープ 熱量 383kcal				
野菜ジュース	牛乳				
スキムミルク カレーチーズラスク	スキムミルク 胚芽ロールパン				

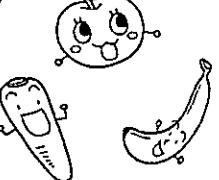
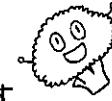
◎毎日果物がつきます。



◎(土)はおにぎりの日です。

(3・4・5歳児)

◎★が新メニューです。



## 上手に持てない人 毎日チェック!!

はしを正しく持つと手指に負担がかからず、食べ物がはさみやすいため、とても食べやすくなります。きちんと持てない人は、毎日少しづつでも上手に持てるように練習してみましょう。

### 正しいはしの持ち方

