

	月	火	水	木	金	土
	<div><div></div><div>2月3日(火曜日)は節分です。 節分は立春の前日、冬が終わって春に移るという季節の変わり目を意味します。 豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。 立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。感染症の予防・重症化を防ぐためには密を避け、手洗いの徹底の他、日々の健康管理も重要になってきます。 バランスよく、いろいろなものを食べて元気な体づくりを心がけましょう☆☆☆</div><div></div></div>					
献立	2 ふりかけご飯 豚汁（冬瓜） 野菜炒め（もやし・ひじき） スティックキュウリ バナナ	3 ご飯 クリームシチュー（チキン） キャベツサラダ	4 もずく丼（しらす） みそ汁（大根・厚揚げ） ツナ和え（小松菜・人参）ツナ減 オレンジ	5 麦ご飯 ボークビーンズ（ﾄﾏﾄ）増し れんこんのゴママヨサラダ チーズ10鉄分入り	6 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・ネギ) 鮭のごま味噌焼き 麩チャンプルー みかん	7 ジャワライス（豚） みそ汁（大根・水菜） 粉ふきいも（青のり）
主な食材	精白米 押麦 かつおぶりかけ 豚かた 沖縄豆腐 とうがんといも こまつな にんじん 根菜ねぎ キャベツ 緑豆もやし ひじき 油 きゅうり バナナ EM牛乳 薄力粉 きび砂糖	精白米 鶏もも たまねぎ じゃがいも にんじん ｶｰﾌﾞ 油 ｷｬﾍﾞﾂ 有塩バター 薄力粉 牛乳 ｸﾘｰﾑｸﾞﾚｰﾂ ｷｰﾂ 缶ﾍﾞｰﾙ 大根 生揚げ 葉ねぎ こまつな まぐろ缶 ｻﾄﾞﾓ ｵﾚﾝｼﾞ ｼｮｰﾌﾞ(ﾌﾟﾚｰﾝ) かぼちゃ 米粉 油 豆乳	精白米 押麦 もずく 豚ひき肉 にんじん にんにく きび砂糖 片栗粉 青ピーマン 赤ピーマン しらす干し ｺｰﾝ缶ﾍﾞｰﾙ 大根 生揚げ 葉ねぎ こまつな まぐろ缶 ｻﾄﾞﾓ ｵﾚﾝｼﾞ ｼｮｰﾌﾞ(ﾌﾟﾚｰﾝ) かぼちゃ 米粉 油 豆乳	精白米 押麦 大豆 豚ひき肉 豚ﾊﾞｰ たまねぎ にんｼﾞﾝ ｻﾔｲﾝｹﾞﾝ ｶﾞﾃﾞｲ 油 片栗粉 れんこん こまつな ｷﾋﾞ砂糖 型抜きチーズ10鉄分 EM牛乳 ｻｸﾗｶﾞ ｵﾚﾝｼﾞ ｻﾄﾞﾓ	精白米 押麦 とうがんと 葉ねぎ しろさけ こま きび砂糖 ごま油 にんじん キャベツ たまねぎ 緑豆もやし 豚かた 油 車ﾍﾞ 鶏卵 温州みかん 赤箱牛乳 ｻﾂﾏｲも	精白米 鶏もも にんじん たまねぎ 無塩バター ｺｰﾝ缶ﾍﾞｰﾙｸﾞﾚｰﾂ 大根 きょうな カットわかめ じゃがいも あおりの EM牛乳 ゆかり えだまめ
おやつ	EM酪農牛乳、ちんすこう（手作り）	麦茶、納豆みそおにぎり	ｼｮｰﾌﾞ(ﾌﾟﾚｰﾝ) 80、かぼちゃクッキー	赤箱牛乳、ｻｸﾗｶﾞ（総ﾌﾟ）、バナナ	EM酪農牛乳、焼き芋	麦茶、ゆかりおにぎり（枝豆）
献立	9 麦ご飯 みそ汁（ｷｬﾍﾞﾂ・油揚げ） チキンのケチャップ煮 人参ｼｬﾂﾘｰ(ｼﾗｽ) ｼｰｸｳｵｰｻｰｾﾘｰ	10 お弁当会 	11 	12 キッズピンパ なめこ汁(ネギ) 大根の甘酢和え	13 カレーライス（チキン） 春雨サラダ 味付小魚	14 沖縄そば（肉入り） ｷｬﾍﾞﾂのｺﾞﾏ和え ﾌﾟﾚｰﾝ
主な食材	精白米 押麦 ｷｬﾍﾞﾂ 油揚げ 鶏手ももたまねぎ 油 にんじん しらす干し ごま油 葉ねぎ EM牛乳 強力粉 黒砂糖 牛乳 干しﾌﾞﾄﾞ			精白米 押麦 豚かた にんにく しょうが たけのこ 水菜 乾しいたけ ごま油 にんじん 緑豆もやし ほうれん草 きび砂糖 こまなめこ 絹ごし豆腐 葉ねぎ 大根 赤箱牛乳 食ﾊﾝ	精白米 押麦 鶏もも 鶏ﾊﾞｰ たまねぎ にんｼﾞﾝ じゃがいも 油 きゅうり ﾄﾏﾄ カットわかめ はるさめ まぐろ缶 きび砂糖 ｺﾞﾏﾅｼﾐﾌｻｯｼ 赤箱牛乳 おさつ すていっく バナナ	沖縄そば 昆布 豚かた0ｰｽ ｷﾋﾞ砂糖 ゆし豆腐 にんじん 葉ねぎ ｷｬﾍﾞﾂ ｺｰﾝ缶ﾍﾞｰﾙ きゅうり ごま 油 ﾌﾟﾚｰﾝ EM牛乳 精白米 塩昆布 まぐろ缶
おやつ	EM酪農牛乳、黒糖カステラ	リンゴジュース せんべい		赤箱牛乳、ｼﾞｬﾑﾊﾟﾝ	赤箱牛乳、おさつスティック、バナナ	麦茶、塩昆布とツナのおにぎり
献立	16 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 厚揚げ豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ パイン缶	17 麦ご飯 みそ汁(白菜・えのき) 鯖の香味焼き かぼちゃと豚肉のうま煮	18 ｸﾌｧｼﾞｭｰｼｰ(ひじき) 豚汁（大根） ﾊﾟﾊﾟｲﾔｲﾘﾁｰ モズク酢（みかん）	19 誕生会 麦ご飯 春雨ｽｰﾌﾟ 炒り豆腐 白菜の和え物 ﾌﾟﾚｰﾝ	20 麦ご飯 みそ汁(麩・ﾌｵﾒ) 魚てんぷら（卵抜き） 野菜炒め(ｷｬﾍﾞﾂ、ﾋﾟｰﾏﾝ) 型抜きチーズ	21 豚しょうが焼き丼 みそ汁(大根・ネギ) 土佐和え
主な食材	精白米 押麦 じゃがいも たまねぎ 葉ねぎ 厚揚げ豆腐 豚かた肉 ｷｬﾍﾞﾂ にんｼﾞﾝ 油 きび砂糖 片栗粉 きゅうり 塩昆布 ﾊﾞｲﾅｯﾌﾟ 缶 EM牛乳 食ﾊﾝ ｷﾅ粉 豆乳	精白米 押麦 はくさい えのきたけ さば しょうが にんにく きび砂糖 かぼちゃ 豚かた0ｰｽ たまねぎ ｻﾔｲﾝｹﾞﾝ 油 ｻﾄﾞﾓ 片栗粉 赤箱牛乳 薄力粉 鶏卵 サイダー 黒砂糖	精白米 豚かた にんｼﾞﾝ ひじき 油 昆布 大根 乾しいたけ ｵﾋｵｲﾅ ｲﾅ ｻﾔｲﾝｹﾞﾝ ｷﾋﾞ砂糖 ｷﾅなる野菜 (ﾌｻﾞﾙ&ｷﾔﾛｯﾄ)	精白米 押麦 ｾﾀｽ 豚かた肉 にんｼﾞﾝ はるさめ 片栗粉 沖縄豆腐 鶏ひき肉 しらすき 乾しいたけ たまねぎ 油 きび砂糖 鶏卵 はくさい まぐろ缶 ﾌﾟﾚｰﾝ 赤箱牛乳 ｼｮｰﾌﾞ	精白米 押麦 親世ふ カットわかめ 根菜ねぎ ほき薄力粉 豆乳 油 ｷｬﾍﾞﾂ にんｼﾞﾝ 豚かた 青ピーマン 緑豆もやし EM牛乳 ｳｽ粉 きび砂糖 ｷﾅ粉	精白米 押麦 豚かた たまねぎ 青ピーマン 赤ピーマン しょうが 油 ｻﾄﾞﾓ 大根 葉ねぎ きゅうり かつお節 混ぜ込みわかめ（若菜）
おやつ	EM酪農牛乳、ﾊﾝ(ｷﾅ粉ｸﾘｰﾑ)	赤箱牛乳、そべボーボー	ｷﾅなる野菜 (ﾌｻﾞﾙ&ｷﾔﾛｯﾄ)、ｳｴﾊｰｽﾁｰｽﾞ	赤箱牛乳、誕生会ケーキ	EM酪農牛乳、豆乳のくずもち	麦茶、若菜おにぎり
献立	23 天皇誕生日 	24 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー ソファール元気ｺｰｸﾞﾙﾄ	25 麦ご飯 みそ汁（ｷｬﾍﾞﾂ・厚揚げ） わかさぎのカレー揚げ ﾃｰｸﾆｰｲﾘﾁｰ オレンジ	26 麦ご飯 すまし汁(絹ごし・ﾌｵﾒ) ごぼうと豚肉のみそ煮 ｽﾊﾞﾞﾞﾃﾞｻﾗﾀﾞ	27 チキン照り焼き丼 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) きゅうりとみかんの和え物	28 やきそば 大根サラダ チーズ10鉄分入り
主な食材		精白米 押麦 納豆 かつお削り節 豚かた 大根 ｺﾝﾆｬｸ 乾しいたけ 蒸しかまぼこ からのしな 沖縄豆腐 にんｼﾞﾝ たまねぎ 油 ｻﾄﾞﾓ 赤箱牛乳 はちゅ棒 ｺﾞﾏﾅｼﾐﾌｻｯｼ	精白米 押麦 ｷｬﾍﾞﾂ 生揚げ わかさぎ 薄力粉 油 大根 豚かた にんｼﾞﾝ ｻﾔｲﾝｹﾞﾝ 油 ｵﾚﾝｼﾞ EM牛乳 きび砂糖 牛乳 ほうれん草 ｴｰｽ	精白米 押麦 絹ごし豆腐 カットわかめ ごぼう にんｼﾞﾝ 豚かた しょうが 油 きび砂糖 ｽﾊﾞﾞﾞ ｷﾋﾞきゅうり まぐろ缶 干しﾌﾞﾄﾞ ｻﾄﾞﾓ 米粉 ｵｰﾝ缶ﾍﾞｰﾙ しらす干し ごま油	精白米 押麦 鶏もも たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン しょうが 油 ｻﾄﾞﾓ ｻﾄﾞﾓ 根菜ねぎ きゅうり みかん缶 きび砂糖 EM牛乳 ｸﾘｰﾑｰｽﾞ 牛乳 薄力粉 ほうれん草 ｴｰｽ	やきそば麺 豚かた0ｰｽ ｷﾋﾞ砂糖 竹輪 にんｼﾞﾝ もたし大根 きゅうり まぐろ缶 こま 型抜きチーズ10鉄分 精白米 やさいふりかけ
おやつ		赤箱牛乳、はちゅ棒、味付小魚	EM酪農牛乳、ｽｺｰﾝ(ほうれん草・ﾁｰｽﾞ)	麦茶、ﾁﾅﾐ	EM酪農牛乳、チーズ蒸しﾊﾟﾝ	麦茶、ふりかけおにぎり

※ 保育所の行事や材料などの都合により、 献立を変更することがあります。  
《アレルギー食品表示を規定されている食品》  
えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン  
★発症数が多く重症度が高いもの・・・えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生