



ひばり保育園 2月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
<p>～栄養豊富な大豆を使って～ 大豆には、米に不足しているたんぱく質などの栄養素を補う力があります。近年では、大豆に含まれる豊富な栄養素や、健康維持や病気予防のために大事な機能性成分が世界でも注目されるようになってきました。今月のさくら組さんのクッキングでは、鳩山町で作った大豆と米麴を使用して味噌作りに挑戦します。出来上がった味噌は、給食室で1年間保管し発酵させます。そして完成した味噌は、給食でみそ汁に使ったり、味噌作りをしたさくら組さんが、ひまわり組さんになった時にクッキングで使ったりします。今年も美味しい味噌が作れるといいですね！</p> 			<p>エネルギー・・・580kcal たんぱく質・・・20.5g</p> <p>太字は園行事です。</p>	<p>1 ご飯 さんまのおかか煮  五目豆 豚汁 いわしおかき&クッキー・M 豆まき </p>	<p>2 ふりかけご飯 照り焼きチキン キャベツのソテー スープ おかし・M</p>
<p>4 麻婆豆腐ライス わかめサラダ チーズ スープ サブレ&おせんべい・J</p>	<p>5 ご飯 豚肉のしょうが焼き ひじきとツナのサラダ みそ汁 おでん・麦茶</p>	<p>6 ふりかけご飯 白身魚のフライ 牛肉とれんこんの甘辛炒め みそ汁 ラスク・M 鳩小との交流デー (ひまわり1組)</p>	<p>7 ちゃんぽん麺 フルーツ おにぎり・麦茶</p>	<p>8 青菜ご飯 松風焼き 納豆サラダ スープ パウムクーヘン&おせんべい・M 避難訓練 </p>	<p>9 ハヤシライス フルーツ スープ おかし・M</p>
<p>11 建国記念の日 </p>	<p>12 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 チーズサラダ みそ汁 マカロニきなこ・M</p>	<p>13 お弁当  パイ&かりんとう・J お弁当デー </p>	<p>14 焼きうどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ スープ 揚げパン・M</p>	<p>15 茶飯 花しゅうまい 大豆サラダ みそ汁 スイートポテト・M すみれ組クッキング</p>	<p>16 野菜たっぷりうどん チーズ クロワッサン・M</p>
<p>18 ご飯 親子煮 ツナサラダ みそ汁 ロールカステラ・M 防犯訓練</p>	<p>19 ふりかけご飯 すき焼き風肉豆腐 キャベツの昆布和え みそ汁 クッキー&おせんべい・J</p>	<p>20 ご飯 鮭の塩焼き ひじき納豆 みそ汁 ポテトフライ・M</p>	<p>21 スパゲティミートソース コーンサラダ ゼリー スープ ジャムパン・M</p>	<p>22 カレーライス はるさめサラダ チーズ スープ コーンフレーク・M</p>	<p>23 わかめうどん フルーツ チーズ蒸しケーキ・M</p>
<p>← ひまわり組 スキー保育 → </p>					
<p>25 ご飯 豚肉の野菜巻き グリーンサラダ みそ汁 サブレ&おかき・J</p>	<p>26 お楽しみメニュー  ケーキ・M お誕生日会 </p>	<p>27 ご飯 かじきの竜田揚げ 肉じゃが みそ汁 スティックパイ・M 亀井小との交流デー (ひまわり2組)</p>	<p>28 ふりかけご飯 ポークビーンズ ほうれん草サラダ スープ 焼きいも・M さくら組クッキング</p>	 	