



給食だより

松園保育園
令和8年2月

日/曜日		昼食	未満児	乳児	主な材料名	おやつ	熱量
2	月	味噌汁,エビフライと付け合わせ,ひじきのサラダ,果物	御飯,牛乳,菓子	野菜の卵とじ,ミルク	にら,たまねぎ,人参,油揚げ,えびフライ,トマト,キャベツ,ひじき,ツナ,ほうれんそう	ジュース,菓子	278
3	火	シチュー,ほうれん草のゴマ和え,ソーセージ,果物	御飯,麦茶,菓子	シチュー,ミルク	薄力粉,豚肉,コーン,じゃがいも,人参,玉ねぎ,牛乳,マッシュルーム,ほうれん草,もやし,魚肉ソーセージ	牛乳,ジャムサンド	590
4	水	豚汁,和風サラダ,チーズ,果物	御飯,麦茶,菓子	肉と野菜の軟煮,ミルク	豚肉,じゃがいも,しめじ,人参,こんにゃく,豆腐,キャベツ,わかめ,カニかまぼこ,もやし	牛乳,菓子	451
5	木	そうめん汁,切り干し大根の炒め煮,かぼちゃの甘煮,果物	御飯,麦茶,菓子	煮込みそうめん,軟らかかぼちゃ,ミルク	麺,鶏卵,鶏肉,しいたけ,大根,人参,さつま揚げ,こんにゃく,かぼちゃ	ヨーグルト	359
6	金	味噌汁,焼き鮭,根菜サラダ,果物	御飯,麦茶,菓子	タラの軟らか煮,ミルク	わかめ,高野豆腐,大根,人参,鮭,ブロッコリー,トマト,ごぼう,れんこん	バナナ	238
7	土	油揚げとかき玉スープ,チンジャオロース,わかめナムル,果物	御飯,牛乳,菓子	肉と野菜の軟煮,ミルク	油揚げ,鶏卵,たまねぎ,豚肉,ピーマン,たけのこ,もやし,人参,にら	ジュース,菓子	353
9	月	ニラ玉スープ,麻婆豆腐,ほうれん草とちくわのゴマ和え,果物	御飯,麦茶,菓子	麻婆豆腐,卵サラダ,ミルク	鶏卵,にら,人参,豆腐,豚肉,ほうれんそう,竹輪,もやし	ゼリー	663
10	火	ビーフシチュー,ふわふわ卵,シーフードサラダ,果物	御飯,麦茶,菓子	鶏肉と野菜のミルク煮,ふわふわ卵,ミルク	牛肉,たまねぎ,じゃがいも,人参,マッシュルーム,牛乳,鶏卵,わかめ,もやし	麦茶,菓子	399
12	木	味噌汁,凍み豆腐のサラダ煮,野菜の変わり漬け,果物	御飯,麦茶,菓子	鶏サミと豆腐の軟か煮,ミルク	豆腐,わかめ,高野豆腐,鶏肉,人参,たまねぎ,じゃがいも,グリーンピース,キャベツ,きゅうり	牛乳,菓子パン	412
13	金	さつま汁,白身魚のムニエル,野菜のごま和え,果物	御飯,麦茶,菓子	さつま汁,白身魚のムニエル,ミルク	豚肉,さつまいも,白菜,たまねぎ,人参,鱈,ほうれんそう,もやし	バナナ	318
14	土	すまし汁,肉じゃが,和風サラダ,果物	御飯,麦茶,菓子	肉じゃが,マカロニサラダ,ミルク	豆腐,油揚げ,じゃがいも,牛肉,人参,たまねぎ,こんにゃく,わかめ,かに風味かまぼこ,もやし	牛乳,エンゼルパイ	483
16	月	あさり汁,納豆のチーズ和え,ちくわの磯辺揚げ,果物	御飯,麦茶,菓子	あさり汁,納豆のチーズ和え,ミルク	あさり,わかめ,納豆,人参,こまつな,豆腐,チーズ,竹輪	プリン	338
17	火	カレー,エビフライと付け合わせ,小松菜のゴマ和え,果物	御飯,麦茶,菓子	肉と野菜の軟煮,ミルク	豚肉,じゃがいも,人参,たまねぎ,牛乳,ミニトマト,キャベツ,こまつな,もやし	牛乳,フライドポテト	418
18	水	肉団子スープ,はんぺんのチーズ揚げ,マカロニサラダ,ブロッコリー,果物	御飯,麦茶,菓子	肉ダンゴ煮,スパゲティサラダ,ミルク	鶏肉,人参,はるさめ,ほうれんそう,はんぺん,チーズ,パスタ,ツナ,ブロッコリー	牛乳,菓子	606
19	木	豚肉ともやしのラーメン,チョレギサラダ,ぎょうざ,果物	御飯,麦茶,菓子	肉と野菜の軟煮,ミルク	麺,豚肉,もやし,人参,コーン,レタス,大根,しらす干し,ぎょうざ	牛乳,菓子パン	752
20	金	コーンスープ,鶏肉のフリッター,ナポリタン,果物	御飯,麦茶,菓子	サミと野菜のポタージュ,ミルク	コーン,たまねぎ,牛乳,鶏肉,キャベツ,ミニトマト,パスタ,ベーコン	ジュース,ケーキ	463
21	土	すまし汁,焼きそば,魚肉ソーセージ,果物	御飯,牛乳,菓子	味噌煮込みうどん,はんぺんのソテー,ミルク	わかめ,はんぺん,人参,油揚げ,麺,キャベツ,たまねぎ,豚肉,もやし,ピーマン,魚肉ソーセージ	菓子	342
24	火	きのこカレー,スクランブルエッグ,人参グラッセ,ブロッコリーのおひたし,果物	御飯,麦茶,菓子	レバーのそぼろ煮,人参グラッセ,ミルク	鶏肉,しめじ,たまねぎ,人参,牛乳,マッシュルーム,じゃがいも,鶏卵,ブロッコリー	牛乳,菓子	526
25	水	すまし汁,ワカメ入りハンバーグ,えのき入り和えもの,果物	御飯,麦茶,菓子	豆腐と野菜の煮物,ふわふわ卵,ミルク	豆腐,鶏肉,わかめ,たまねぎ,牛乳,パン粉,おから,えのきたけ,人参,チンゲンサイ	麦茶,菓子	379
26	木	カレースープ,鶏肉のクリーム煮,チキンナゲット,果物	御飯,牛乳,菓子	鶏肉のクリーム煮,野菜の軟らか煮,ミルク	たまねぎ,人参,鶏肉,しめじ,牛乳,チキンナゲット	ヨーグルト	444
27	金	にんじんポタージュ,チキンカツ,マカロニサラダ,果物	御飯,麦茶,菓子	にんじんシチュー,ミルク	人参,じゃがいも,たまねぎ,牛乳,鶏肉,ブロッコリー,トマト,パスタ,ツナ	牛乳,菓子	677
28	土	味噌汁,とり肉と大豆の煮込み,野菜のごま和え,果物	御飯,麦茶,菓子	味噌汁,ササミと野菜の煮込み,ミルク	豆腐,わかめ,鶏肉,大豆,人参,こんにゃく,ながいも,大根,ごぼう,ほうれんそう,もやし	ジュース,菓子	287

節分で家族間のコミュニケーション



2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった“鬼”に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってもらいたいものですね。



やけどに注意

冬には、やけどをしてしまう熱いものが子どもの身のまわりに増えます。沸きたてのポット、おみそ汁、カップラーメン、スープなどに気をつけてあげてください。

【やけどをしたら……】
○なるべく早く冷水に当てて、20分ほど冷やし続ける
○（冷やし終えた後は）小さなやけどなら、清潔なガーゼを轻めに当ててあげる。大きなやけどなら、濡れタオルを当てたまま（かかりつけの）病院に行く
※服の上からやけどをした場合は、服を着たまま冷水に当てる。慌てて服を脱がせて傷を広げないでください。

