

# 令和8年2月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃こども園 予定献立表



季節の変わり目の立春、立夏、立秋、立冬を節分と呼びますが、現在では一般的に「立春」の前夜を指します。厄(やく)を払うために、鬼のきらいなイワシの頭をヒイラギにさして、門や戸口に立て、炒った大豆を『福は内、鬼は外』のかけ声と共にまく習慣があります。



## ☆絵本紹介☆

大豆のすばらしさが描かれた絵本です。この絵本を書いたのは姫路市出身の作家「やぎ たみこ」さんということをご存じですか？2月は節分の季節。大豆は豆まきにも使われる「みんなの体を作る」とも栄養のある食べ物です。絵本を読むと「大豆」が好きになるかも！ぜひおうちでも読んでみてください。



みんなの健康と平和を守れ！大豆のダイズな役目がわかり、あなたも大豆がダイズキに！



月に一度、金曜日におやつパンがあります。

今月は6日 ウィンナーパンです

## 旬の食材

さわら わかさぎ いわし いか  
ひじき 小松菜 ほうれん草 菜の花  
白菜 大根 かぶ れんこん  
白ねぎ いよかん



月	火	水	木	金	土
2 豚肉のマリアナソース 白菜サラダ すまし汁(大根)	3 いわしのパン粉焼き かりかりきゅうり ポークビーンズ	4 BBQチキン コールスローサラダ はんぺんのスープ ☞シュガートースト	5 鯖のきのこあんかけ 蓮根とこんにゃくのしみみ煮 みそ汁(かぼちゃ)	6 麻婆豆腐 春雨の酢の物 シューマイ	7 煮込みうどん バナナ
9 ししゃものマリネ マカロニソテー すまし汁(豆腐)	10 高野豆腐の卵とじ 甘辛かぼちゃ ちくわ天	11 建国記念日	12 鮭の塩焼き ひじきの五目煮 みそ汁(かぶ)	13 クリスピーチキン 大根サラダ 卵ともずくのスープ ☞ブラウニー	14 ハンバーガー バナナ・ジュース
16 タンドリーチキン ポテトサラダ 和風ミネストローネ	17 カレイのレモン風味 ほうれん草の白和え すまし汁(うどん) ☞パンケーキ	18 かき揚げ 大根の甘酢 みそ汁(キャベツ)	19 白身魚のクラッカー揚げ きゅうりこんぶ みそ汁(じゃがいも)	20 とんすき風 かぼちゃ煮 肉団子のケチャップ煮	21 フォー・ゲームどき バナナ
23 天皇誕生日	24 青椒肉絲(チンジャオロース) ミニコロケ 豆腐のスープ	25 さばの和風ステーキ キャベツののり和え さつま汁 ☞きなこドーナツ	26 豚肉の柳川風 大根と厚揚げの煮物 スナッフえんどうの塩茹で	27 お誕生日会 カレーライス スパゲティサラダ	28 ホットドック バナナ・ジュース

※献立名の下の3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。  
 ※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・○・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない  
 ※仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。  
 ※☞は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定ですので変更になる場合もあります。