

2月のこんだて

1年で一番気温が低く、風も冷たい時期です。
食事をしっかりとって、体調を崩さず今月も元気に過ごしましょう。
うがい・手洗いも忘れずに！

日	しゅしょく	てんかぶつ	しゅさい	ふくさい	おしる	デザート
1 金	おにたいじごはん		いわしのかばやきふう	ゆかりあえ	だいこんのみそしる	
4 月	しゃきしゃき そばうどんぶり			いそかあえ		プリン
5 火	むぎごはん		とりにくのもろみやき	こまつなサラダ	さわにわん	かぼちゃマフィン
6 水	むぎごはん	あじつけ のり	こうやどうふの たまごとし	まんばのサラダ		ネーブル
7 木	あげパン		ふゆやさいの スープに	ミックスビーンズ サラダ		
8 金	やきおにぎり		はくさいうどん	やさいのかきあげ	きりぼしだいこんと あおなのごますあえ	
12 火	むぎごはん		とりにくのレモンに	おかかあえ	ひじきのいりに	
13 水	キムチごはん		しろみざかなの からあげ	ナムル	わかめとたまごの スープ	ミニデザート
14 木	こめこパン		かぼちゃオムレツ	かいそうサラダ	きのこスープ	
15 金	むぎごはん		ぎゅうにくとやさいの うまに	たべてなのあえもの		いよかん
18 月	キャロットパン		えびグラタン	げんきになるサラダ		オレンジ
19 火	むぎごはん		さけのみそマヨネーズ やき	こまつなのごますあえ	きりぼしだいこんに	
20 水	おやこどん			さつまいものサラダ		りんご
21 木	こがたミルクパン		わふうスパゲティ	とうふナゲット	ゆでやさい	
22 金	ピビンバ				とうふとコーンの スープ	バナナ
25 月	ぜんりゅうふんパン		てづくりハンバーグ	ポイルやさい	ミネストローネ	
26 火	むぎごはん		しろみざかなの さらさあげ	キャベツの そくせきつけ	じゃがいものみそしる	
27 水	★きぼうこんだて★					
28 木	むぎごはん		えびとあつあげの ちゅうかに	はるさめサラダ		デコボン

※毎食、牛乳がつかます。
※色つき梓は保育所のみ

中央保育所