



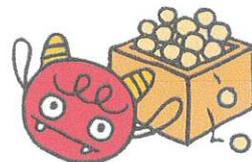
日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	主食	副食	材料	3時のおやつ
2	月	お茶 せんべい	ご飯	ミートソースグラタン 大根サラダ アサリのクラムチャウダー	合挽き肉玉ねぎエリンギトマトホール缶にんにくペンネチーズパセリ大根 水菜さみしめ汁アサリめじきキャベツ人参玉ねぎじゃが芋牛乳パン卵他	牛乳 ツナコーンパン
3	火	お茶 クラッカー	ご飯	れんこんハンバーグ 春菊とツナの和え物 節分汁	れんこん鶏ひき肉玉ねぎ豆腐春菊ほうれん草もやしツナマヨネーズ大豆 豚ひき肉大根人参小葱こんにゃく油揚げ里芋ごぼう牛乳きび黄粉他	牛乳 ☆きび団子ドーナツ
4	水	お茶 かりんとう	ご飯	魚のムニエル 温野菜サラダ なら卵汁	鮭ブロックかりかりフラワーコーンエビじゃが芋ニラ卵エノキかつお節 粉乳牛乳レモン汁米他	ラッシー 丸ぼうろ
5	木	お茶 クッキー	ご飯	☆たご卵 高野豆腐とひじきの煮物 沢煮椀	たご卵もやし小葱キャベツひじき高野豆腐椎茸人参油揚げ豚ひき肉 水菜エリンギかつお節大根食パンレモンバター米牛乳他	牛乳 レモンラスク
6	金	お茶 ミニケーキ	ご飯	肉じゃが だご汁 林檎	牛肉じゃが芋玉ねぎ糸こんにゃく林檎人参ほうれん草しめじもやし 小葱かつお節昆布小豆生クリーム豆乳クリーム米他	牛乳 あんこ&クラッカー
7	土	お茶 ウエハース	ご飯	鶏肉と根菜の甘辛炒め おからサラダ ミネストローネ	鶏肉さつまいもれんこんおからブロックコーンほうれん草ハムマヨネーズ セロリ白菜大根人参トマトホール缶玉ねぎ米他	お茶 おかし
9	月	お茶 卵ぼうろ	ご飯	卵の野菜あんかけ 切り干し大根の煮物 ワンタン風スープ	卵玉ねぎえきの小松菜インゲン豆かつお節切り干し大根人参椎茸天ぷら 豚ひき肉もやし青梗菜キューザの皮白ネギ牛乳バナナ米他	牛乳 バナナ/おかし
10	火	お茶 クラッカー	ご飯	魚の香味焼き ☆切り干し大根の白和え のっぺい汁	鰯ちり干し大根豆腐小松菜糸こんにゃく生椎茸鶏肉大根人参 板こんにゃくごぼうエリンギかつお節牛乳甘酒米他	牛乳 ☆苺甘酒蒸しパン
12	木	お茶 せんべい	ご飯	筑前煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	鶏肉ごぼうれんこん人参里芋干し椎茸生姜昆布ほうれん草エノキもやしゴマ 豆腐ワカメ油揚げ昆布かつお節パン生クリーム豆乳クリーム苺林檎米他	牛乳 フルーツクリームコッペパン
13	金	お茶 ビスケット	麺	和風ラーメン 里芋と大根の柚子風煮 林檎	鶏ささぎ天ぷらさくらげ小葱かつお節中華麺里芋大根柚子林檎 じゃこ小葱ゴマ米他	お茶 揚げじゃこおにぎり
14	土	お茶 ボン菓子	ご飯	ハンバーグ 大豆のサラダ ほうれん草ともち麦のスープ	合挽き肉玉ねぎ豆腐パン粉卵大豆ブロックコーンハムマヨネーズ ヨーグルともち麦ほうれん草玉ねぎれんこん昆布鶏ガラ米他	お茶 おかし
16	月	お茶 クラッカー	ご飯	バターチキンカレー 大根とセロリの和え物 ポンカン	鶏肉玉ねぎじゃが芋人参しめじバターカレールー大根セロリ白菜かつお節 パンカン牛乳ゴマきびさとう豆乳油米他	牛乳 黒糖ごまかりんとう
17	火	お茶 バナナ	ご飯	塩麻婆豆腐 春雨サラダ 粟米湯	鶏ひき肉玉ねぎ小松菜白ネギ豆腐にんにく生姜ごま油春雨ハム水菜さくらげ 人参卵クリームコーン小葱アンパンあんこ米他	牛乳 あんぱん
18	水	お茶 かりんとう	ご飯	魚のタルタルソース 人参の金平 春菊の味噌汁	鰯パン粉卵玉ねぎパセリマヨネーズ人参ごぼう糸こんにゃくゴマ春菊 豆腐エノキワカメかつお節粉乳バナナ林檎いちごキウイ米他	フルーツヨーグルト
19	木	お茶 ウエハース	ご飯	☆鶏と南瓜のチーズマヨ焼き おろしれんこんすいとん 梅干し 林檎	鶏肉南瓜チーズマヨネーズれんこん大根人参ごぼう生椎茸小松菜 白葱昆布かつお節梅干し林檎チーズ牛乳卵米他	牛乳 ☆チーズ蒸しパン
20	金	お茶 ビスケット	麺	葱と生姜でぼかぼかうどん 旬野菜の煮物 バナナ	うどん生姜鶏ひき肉しめじ白ネギ油揚げ人参ほうれん草昆布ごぼう 人参南瓜れんこん干し椎茸板こんにゃくバナナ鶏肉玉ねぎコーン米他	お茶 チキンライスおにぎり
21	土	お茶 せんべい	ご飯	ひじきのがんとどき 白菜とかぶのスープ 金時豆の甘煮	豆腐ひじきごぼうさくらげ人参インゲン豆白菜カブ鶏ガラ昆布 金時豆米他	お茶 おかし
24	火	お茶 卵ぼうろ	ご飯	ハッシュドビーフ ポテトサラダ いちご	牛肉玉ねぎ人参しめじデミグラスソースハッシュドビーフフルーツじゃが芋 卵ハムコーンブロックマヨネーズ牛乳黄粉黒糖米他	牛乳 ☆ミルク黒糖黄粉もち
25	水	お茶 クラッカー	ご飯	魚の味噌煮 干草サラダ にゅう麺	鰯ゴマ大根水菜人参カイワレ大根セロリレタスキューザの皮ごまそうめん かまぼこかつお節昆布ワカメ小葱牛乳ヨーグルト林檎レモン汁卵米他	牛乳 林檎ヨーグルトケーキ
26	木	お茶 クッキー	ご飯	魚のトッケ ハリハリなます 味噌汁	はんぺん人参玉ねぎ卵パン粉切り干し大根人参胡瓜油揚げごま玉ねぎ わかめエノキ鮭イコ牛乳米粉ひじき人参おから豆乳米他	牛乳 ひじきのケーキサレ
27	金	牛乳 パームケーキ	麺	スパゲティナポリタン 根菜マリネ ほうれん草スープ	スパゲティ玉ねぎピーマンウインナーれんこんエリンギさつまいも大根ごぼう レモン汁鶏肉ほうれん草エノキ生クリーム鶏ガラ昆布米小葱油揚げかつお節	お茶 油揚げと葱のおにぎり
28	土	お茶 かりんとう	ご飯	味噌鶏団子鍋 南瓜の煮物 バナナ	鶏ひき肉生姜エノキ白菜白ネギ豆腐マロニー南瓜 天ぷらバナナ米他	お茶 おかし

材料の都合により、献立の変更をすることがあります。 江上保育園

*2月26日は、令和6年度久留米市保育所連盟食育研修会で考案されたメニューです。

2月3日 節分

節分とは、もとは立春や立夏、立秋、立冬の前日のことで、季節の変わり目を指していました。しかし、やがて立春の前日だけをいうようになりました。節分に豆まきを行うのは、豆には霊力があると信じられていて豆をまくことで、病気や災いを追い払うという意味があります。



2月17日～23日はアレルギー週間 幼児に多い「くるみや落花生」の食物アレルギーに注意!

消費者庁の「令和6年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」によると、1～2歳に多い食物アレルギーの原因物質で一番は鶏卵続いてくるみで、3～6歳の場合が一番はくるみ続いて落花生だそうです。食物アレルギーの原因物質として、くるみやカシューナッツなどの木の实類や落花生が多くなっていることに注意しましょう。

