

給食だより



2025年

幼保連携型認定こども園 島之内保育園

2月は旧暦では1年の始まりとされています。そのため、お清めの意味を持つ「豆まき」という風習が生まれました。

豆まきは、季節の変わり目に起こりがちな病気や災害を鬼に見立て、それを追い払う儀式で、新年の幸せを願う行事が現在も日本各地で大切にされています。

ひなまつりたんじょうかいメニュー 2月27日（木）

- ※おにぎり
- ※手作りコロッケー
- ※スパゲッティ
- ※野菜サラダ
- ※豆腐とワカメのおすまし
- ※果物

大豆について

大豆は「畑の肉」とよばれています。大豆に含まれるたんぱく質は、必須アミノ酸がバランスよく含まれた良質なものです。大豆たんぱく質には、血中コレステロールの低下作用、肥満の改善効果などの生理機能があるとされています。



菜の花 旬

春に花が咲く菜の花は、花が咲く前のつぼみや若葉を食べます。鮮やかな緑色が特徴で、特有のほろ苦さがあります。

○菜の花の栄養価：カロテン、
ビタミンCカルシウムなど

○おすすめの料理：ごまマヨ和え
卵とじ炒め
煮浸しなど



日	曜	給食	おやつ	午前おやつ
1	土	ごはん ポパイスープ きやべつとツナの Pasta	牛乳 チーズ えびせん	牛乳 せんべい
3	月	ごはん チンゲン菜のみそ汁 肉じゃが きゅうりのレモン風味和え	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 チーズ
4	火	ごはん 小松菜のすまし汁 おび天 ブロッコリー・トマト	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 コーンフレーク
5	水	ごはん オニオンスープ タンドリーチキン ポテトサラダ	お茶 ごまじゃこおにぎり	ヨーグルト
6	木	ごはん 豆腐のみそ汁 魚の照り焼き こぎつねサラダ	スキムミルク クラッカー オレンジゼリー	牛乳 ビスケット
7	金	ごはん 中華スープ プルコギ 日向夏	牛乳 鬼むしパン	牛乳 ビスコ
8	土	ごはん 五目うどん きゅうりの漬け	牛乳 みかん せんべい	牛乳 クッキー
10	月	ごはん ビーフンスープ 鶏肉のワイン煮 ちくわのサラダ	お茶 みるくっこ	牛乳 せんべい
12	水	ごはん もずくのすまし汁 ポークジンジャー きやべつ・トマト	牛乳 卵サンド	牛乳 ビスケット
13	木	ごはん ベーコンチャウダー 魚のカレムニエル ブロッコリーのチーズのおかか和え	牛乳 丸ボーロ オレンジ	ヨーグルト
14	金	ごはん もやしのみそ汁 大豆の五目煮 甘酢白菜	牛乳 ボンデケーション	牛乳 コーンフレーク
15	土	マラソン大会 園児にはお菓子のお土産とフライドポテトの無料整理券があります		
17	月	ごはん チンゲン菜のみそ汁 肉じゃが きゅうりのレモン風味和え	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 チーズ
18	火	べんとうの日	牛乳	牛乳 コーンフレーク
19	水	ごはん オニオンスープ タンドリーチキン ポテトサラダ	お茶 ごまじゃこおにぎり	ヨーグルト
20	木	ごはん 豆腐のみそ汁 魚の照り焼き こぎつねサラダ	スキムミルク おにぎりせんべい オレンジゼリー	牛乳 ビスケット
21	金	ごはん 中華スープ プルコギ 日向夏	牛乳 鬼むしパン	牛乳 ビスコ
22	土	ごはん 五目うどん きゅうりの漬け	牛乳 みかん せんべい	牛乳 クッキー
25	火	ごはん 里芋のみそ汁 魚のマヨネーズ焼き ほうれん草の菜の花風味和え	お茶 おかき フルーツヨーグルト	牛乳 卵ボーロ
26	水	ごはん もずくのすまし汁 ポークジンジャー きやべつ・トマト	牛乳 卵サンド	牛乳 ビスケット
27	木	ひなまつりたんじょうかい	牛乳 丸ボーロ オレンジ	牛乳 ビスケット
28	金	ごはん もやしのみそ汁 大豆の五目煮 甘酢白菜	牛乳 ボンデケーション	牛乳 コンフレーク