2がつのこんだて

社会福祉法人　江刺保育園

恵方巻き？

節分に食べると縁起が良いとされる恵方巻き。恵方とは、その年の福徳を司る歳徳神（としとくじん。年神様の別称）のいる方角で、その方角に向かって事を行えば何事も吉とされています。

1：太巻きをひとりにつき1本準備する

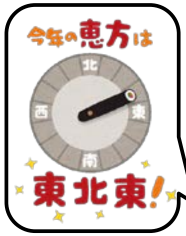
福を巻き込むことから巻き寿司。縁が切れたり、福が途切れたりしないよう、包丁で切ってはいけません。七福神にあやかり、7種類の具が入った太巻きが望ましいとされています。巻き寿司を鬼の金棒に見立て、それを退治する意味もあるとか。

2：恵方を向く

その年の歳徳神がいる方角で、何事も吉とされている恵方を向いて食べます。

3：願いごとをしながら、黙々と最後まで食べる

しゃべると運が逃げてしまうので、食べ終わるまで口をきいてはいけません。さらに、目を閉じて食べる、笑いながら食べるという説も・・・。



	月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂					483Kcal／20.5g／14.1g	475Kcal／19.4g／15.1g
以:熱/蛋/脂					452Kcal／24.4g／22.6g	402Kcal／21.2g／18.5g
未満児午前おやつ					おこさませんべい むぎちゃ	カステラ むぎちゃ
未満児主食					むぎごはん	むぎごはん
昼食					**1** これらをつかって おにさまランチを つくります！ **豆まき会** **保護者会役員会** ししゃも ひじきいため にまめ　トマト　きゅうり すましじる バナナ 未:ボーロ　以:らっかせい むぎちゃ 	**2** ぶりのてりやき きりぼしだいこんのにもの キャベツのみそしる バナナ むぎちゃ
午後おやつ					えほうまきロールサンド ぎゅうにゅう 	クラッカー ぎゅうにゅう
未:熱/蛋/脂	485Kcal／17.2g／15.0g	486Kcal／15.4g／17.2g	488Kcal／19.5g／12.1g	474Kcal／13.3g／16.9g	480Kcal／17.9g／12.7g	460Kcal／17.2g／14.5g
以:熱/蛋/脂	402Kcal／17.9g／17.0g	423Kcal／17.2g／22.1g	401Kcal／18.3g／12.0g	393Kcal／13.2g／19.0g	419Kcal／21.2g／16.8g	381Kcal／18.1g／16.3g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう	バナナ むぎちゃ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
昼食	**4** ちゅうかふうたまごやき きりぼしだいこんのカレーに もやしのみそしる プルーン むぎちゃ	**5** **栄養指導（ひよこ）** ミートボールのトマトに ゴマネーズあえ こまつなのみそしる みかん むぎちゃ 	**6** **記念撮影** クリスピーフィッシュ ツナほうれんそう トマト だいこんのちゅうかスープ りんご むぎちゃ	**7** なす はるとくん とうふのまりあげ ちんげんさいのごまあえ たまねぎのみそしる バナナ むぎちゃ	**8** **移動図書館** **布団・中ズック持ち帰り** ぶたにくのみそづけやき ハムチーズはるまき だいこんじる いよかん むぎちゃ 	**9** **布団・中ズック持ち帰り** にくみそどうふ ほうれんそうとしめじのあえもの ミニトマト たまねぎのみそしる バナナ むぎちゃ
午後おやつ	りんごのホットケーキ ぎゅうにゅう	やさいドーナツ ぎゅうにゅう	ほしいも ぎゅうにゅう 	チーズクッキー 未:むぎちゃ　以:ぎゅうにゅう	あずきまっちゃむしケーキ ぎゅうにゅう	サラダせんべい ぎゅうにゅう
未:熱/蛋/脂		475Kcal／18.6g／17.0g	495Kcal／20.2g／11.7g	484Kcal／14.0g／13.4g	457Kcal／19.5g／13.0g	267Kcal／7.9g／9.8g
以:熱/蛋/脂		384Kcal／17.4g／17.1g	411Kcal／21.4g／12.7g	583Kcal／16.3g／14.7g	418Kcal／21.5g／16.9g	217Kcal／7.4g／7.7g
未満児午前おやつ	**建国記念の日** 	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう	しおせんべい
未満児主食		むぎごはん	むぎごはん		むぎごはん	
昼食		**12** **身体測定** やさいオムレツ いんげんのごまあえ にらのみそしる アロエヨーグルト むぎちゃ 	**13** **岩小入学説明会** **クッキング（すみれ）** **クラス懇談会（すみれ）** ゆでぶたのにんにくソース なすいため わかめうどん バナナ むぎちゃ きくち かなたくん	**14** **誕生祝会** お弁当はいりません おしぼりをぬらしてきて下さい ごとう けいじくん ウルトラマンカレー ビーフンスープ いちご むぎちゃ きくち らいるくん	**15** **避難訓練** さけのみそマヨやき きりぼしだいこんのハリハリづけ はくさいじる みかん むぎちゃ 	**16** **手作り弁当日** おかず入りのお弁当と お茶の持参をお願いします プルーン
午後おやつ		まがりせんべい ぎゅうにゅう	あずきすいとん ぎゅうにゅう 	ぽんぽこケーキ ミニぎゅうにゅう 	ポテトドック 未:むぎちゃ　以:ぎゅうにゅう	カルシウムせん ぎゅうにゅう
未:熱/蛋/脂	475Kcal／17.7g／14.3g	491Kcal／16.7g／10.6g	485Kcal／16.5g／15.8g	477Kcal／18.4g／11.8g	488Kcal／15.2g／15.7g	476Kcal／21.1g／13.9g
以:熱/蛋/脂	399Kcal／16.9g／14.1g	418Kcal／16.4g／12.5g	419Kcal／15.2g／15.5g	383Kcal／19.1g／11.9g	387Kcal／14.9g／17.2g	371Kcal／20.1g／14.7g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう	たべるこざかな むぎちゃ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
昼食	**18** **いのちのおはなし（すみれ）** ようふうちゃわんむし かぼちゃきんとん ミニトマト キャベツのみそしる バナナ むぎちゃ 	**19** **3B体操（ひよこ）** こおりどうふのチーズスクランブル さつまいものれもんに まめまめじる りんご むぎちゃ 	**20** **クッキング（ちゅうりっぷ）** ぶたレバーのあまずかけ マセドアンサラダ くずじる みかん むぎちゃ ちば こうたくん 	**21** ささみとブロッコリーのケチャップいため カレーあじこふきいも うめなっとう すいとんじる りんご むぎちゃ	**22** さんまのこうみづけ ポテトのコーンチーズやき ミニトマト こまつなのクリームシチュー バナナ むぎちゃ	**23** たいのしおやき ウインナーサラダ なめこじる バナナ むぎちゃ
午後おやつ	ポテサラサンド ぎゅうにゅう	ひじきおにぎり ぎゅうにゅう	ブルーベリーサンド ぎゅうにゅう	おからドーナツ 未:むぎちゃ　以:ぎゅうにゅう	げんまいせんべい ヤクルトエース	まいにちかじつ ぎゅうにゅう
未:熱/蛋/脂	480Kcal／16.6g／15.8g	490Kcal／21.0g／18.8g	486Kcal／18.6g／12.9g	469Kcal／18.9g／13.3g		
以:熱/蛋/脂	394Kcal／17.1g／17.0g	402Kcal／21.0g／19.7g	380Kcal／16.8g／10.8g	406Kcal／20.1g／15.0g		
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん		
昼食	**25** れんこんハンバーグ こうはくなます ブロッコリー なめこじる いよかん むぎちゃ ささき そうたくん	**26** たらのアーモンドあげ ツナほうれん草 おまめのトマトシチュー りんご むぎちゃ	**27** やさいグラタン おくらのおかかあえ いしかりなべ プルーン むぎちゃ	**28** しんじゅむし うのはないり なっとう じゃがいものみそしる バナナ むぎちゃ		
午後おやつ	アップルスイートポテトサンド ぎゅうにゅう	カルシウムせんべい ぎゅうにゅう	らんめん ベビーチーズ	わかめせんべい 未:むぎちゃ　以:ぎゅうにゅう		

すみれ組リクエストメニュー

今月は、6名のお友達の
リクエストが登場します!!