

日	月	火	水	木	金	土												
<p>節分で家族間のコミュニケーション</p> <p>2月は「節分」の行事があります。「福は内」「鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった「鬼」に豆をぶつけて、家の外へ追い出します。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際には是非、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってみたいものですね。</p> <p>やけどに注意！</p> <p>冬には、やけどをしてしまう熱いものが子どもの身の回りに増えます。子どもの行動に日頃から気をつけて生活をしましょう。</p> <p>【やけどをしてしまったら】</p> <p>●なるべく早く冷水に当てて、20分程冷やし続ける。冷やした後は小さなやけどなら清潔なガーゼを軽めに当てて、大きなやけどの場合は濡れタオルを当ててまま病院へいきましょう。</p>			1	2	3	4												
			クラッカー、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶	ビスケット、ほうじ茶	ヨーグルト												
			ご飯、カレーの煮つけ ブロッコリーの胡麻和え みそ汁	野菜のあんかけ丼 南瓜の甘煮 スープ	恵方巻き（のり巻き） 鶏のカレー焼き みそ汁、果物	お弁当の日												
			南瓜のケーキ、牛乳	フライドポテト、牛乳	せんべい、牛乳	せんべい、牛乳												
5	6	7	8	9	10	11												
2月4日 立春(りっしゅん) 旧暦ではこの日が一年の 始めとされていたため、 決まり事や季節の節目は この日が起点となって います。 八十八夜、二百十日、 二百二十日も立春から 数えます。 「寒中見舞い」は立春の 前日まで。以降は「余寒 見舞い」(2月下旬頃まで) になります。	誕生日会	体操教室			防災訓練	建国記念日												
			せんべい、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶	ポテトスナック、ほうじ茶	ビスケット、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶											
			ケチャップライス 鶏の唐揚げ、茹で野菜 スープ	ご飯、肉豆腐 春雨サラダ みそ汁	かけうどん 卵焼き 果物	ご飯、焼き魚 豚肉と蓮根の炒め物 みそ汁	カレーライス 白菜とハムのサラダ 果物											
			誕生会の日のケーキ 牛乳	白玉きな粉、牛乳 未満児⇒お菓子	おにぎり、牛乳	ポップコーン、牛乳	薄焼きビスケット 牛乳											
12	13	14	15	16	17	18												
【初午(はつうま)】 本来は、農作業が始まる 旧暦の2月に行われて いました。711年のこの日に 稲荷社の本社である京都の 伏見稲荷大社に稲荷 大神が鎮座されたと いわれています。 立春を迎える2月の最初の 午の日は、一年のうちで 最も運気の高まる日と されています。		体操教室	集金日															
			せんべい、ほうじ茶	ビスケット、ほうじ茶	クラッカー、ほうじ茶	ビスケット、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶											
			麻婆丼 南瓜のサラダ 澄まし汁、果物	ご飯、ハンバーグ 納豆草とコーンのソテー みそ汁	ご飯、シチュー キャベツのツナ和え ジュース	ご飯、ぶりの照り焼き 煮物 みそ汁	ご飯、鶏肉のオレンジ煮 ひじきとじゃが芋の炒り煮 みそ汁											
			ビスケット、牛乳	ジャムサンド、牛乳	かりんとう、牛乳	蒸しパン、牛乳	シナモンパイ、牛乳											
19	20	21	22	23	24	25												
2月19日 雨水(うすい) 空から降るものが雪から 雨に変わり、氷が溶けて 水になる、という意味。 草木が芽生える頃で、 昔から、農耕の準備を 始める目安とされてきました しかし、本格的な春の 訪れはまだ遠く、大雪が 降ったりもします。 三寒四温を繰り返しながら、 春に向かっていきます	身体測定	体操教室	園外保育 (三才以上児クラス)			交歓会												
			ビスケット、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶	コーンスナック、ほうじ茶	ビスケット、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶											
			あんかけうどん ウインナー 果物	ご飯、魚のフライ 納豆草と納豆の胡麻和え みそ汁	ご飯、豚肉のすき焼き風 マカロニサラダ みそ汁	ご飯、鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草のナムル みそ汁	カレーライス ツナサラダ 果物											
			チジミ、牛乳	じゃが芋のチーズ焼き 牛乳	スティックパン、牛乳	ホットケーキ、牛乳	蒸しパン、牛乳											
26	27	28	<p>温かい食べ物</p> <p>朝食で温かい食べ物をおなかに入れて、ポカポカしたままで登園できます。スープやみそ汁など、温かい汁物は、おなかの中から体中を温めてくれますよ。</p>				<p>1日あたりの栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>三才未満児</td> <td>三才以上児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー 537kcal</td> <td>エネルギー 628kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質 19.5g</td> <td>たんぱく質 24.2g</td> </tr> <tr> <td>脂 質 15.7g</td> <td>脂 質 18.0g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム 209mg</td> <td>カルシウム 223mg</td> </tr> </table>		三才未満児	三才以上児	エネルギー 537kcal	エネルギー 628kcal	たんぱく質 19.5g	たんぱく質 24.2g	脂 質 15.7g	脂 質 18.0g	カルシウム 209mg	カルシウム 223mg
三才未満児	三才以上児																	
エネルギー 537kcal	エネルギー 628kcal																	
たんぱく質 19.5g	たんぱく質 24.2g																	
脂 質 15.7g	脂 質 18.0g																	
カルシウム 209mg	カルシウム 223mg																	
【如月(きさらぎ)】 寒さのために更に着物を かさねて着るので 「衣更着」という説が あります。 他に仲春(ちゅうしゅん) 初花月(はつはなづき)、 小草生月(おくさおいつき) などの呼び名もあります。	交通安全指導																	
			ビスケット、ほうじ茶	せんべい、ほうじ茶														
			ご飯 鶏肉と大根のサツパリ煮 納豆草とコーンのマヨ和え みそ汁	ご飯、魚の南蛮漬け 小松菜のおかか和え なめこ汁														
			ピザトースト、牛乳	お好み焼き、牛乳														

※ 牛乳、卵などのアレルギーで除去食が必要な場合は、食品の除去又は、代替食品となります。
※ 行事や仕入れの都合により献立が変更になることがありますので予めご了承下さい。