

2026

2月

献立表



社会福祉法人泰明会

さくら保育園

日	曜	献立名	午前(未満児)	午後のおやつ	以上児 Kcal	未満児 Kcal
2	月	豚肉の柳川風丼 バインきんとん 豆腐とほうれん草のスープ りんご	カルピス	わかめうどん	606	529
3	火	大豆deタコライス ヨーグルトサラダ つみれ汁	野菜ジュース	麦茶 鬼の金棒ドーナッツ	631	512
4	水	五目卵焼き 甘辛鶏ごぼろ 芋汁 バナナ	カルピス	牛乳 麩のラスク	664	594
5	木	鯖の味噌煮 ひじきと切り干し大根のサラダ 豚汁 バイン缶	ヨーグルト	牛乳 ビザトースト	649	589
6	金	厚揚げの中華煮 ポテトサラダ 味噌汁 みかん缶	牛乳	麦茶 ココアちんすこう	611	542
7	土	カレーライス 牛乳 果物		ヨーグルト 菓子		
9	月	ポークストロガノフ いかのマリネ バナナ	牛乳	野菜ジュース お醤油ラスク	581	531
10	火	リクエストメニュー オムライス チップスサラダ コンソメスープ パフェ	カルピス	麦茶 焼き芋		
12	木	お弁当の日(ヤクルト)	牛乳	麦茶 クッキー		
13	金	ハムカツサンド ポークビーンズ 南瓜のクリームスープ バナナ	野菜ジュース	カルピス キンパ	681	593
14	土	てりたま丼 牛乳 果物		ゼリー 菓子		
16	月	けんちゃんうどん 鶏天 りんご	カルピス	焼きプリン	556	486
17	火	五目おこわ 春巻き ツナの酢の物 肉団子スープ バナナ	ヨーグルト	コーンフレーク牛乳かけ	599	554
18	水	パン マカロニグラタン グリーンサラダ 木須湯 バイン缶	野菜ジュース	牛乳 大学芋	596	518
19	木	クッキング保育(ナポリタン) フルーツサラダ 白菜のカレースープ バナナ	牛乳	麦茶 天むす		
20	金	チキン南蛮 ごま酢和え 味噌汁 苺	ヨーグルト	野菜ジュース 手作りじゃがりこ	577	517
21	土	お弁当の日 牛乳		ヨーグルト 菓子		
24	火	ドライカレー フロッコリーサラダ パンプキンスープ りんご	牛乳	カルピス 乾燥芋	606	546
25	水	鮭のマヨネーズ焼 りんご納豆 雷汁 バイン缶	カルピス	牛乳 シュガークロワッサン	616	565
26	木	誕生会	牛乳	ヨーグルト		
27	金	ひじきの炒め煮 鮭の和風パスタ 味噌汁 苺	野菜ジュース	牛乳 コーンマヨパン	682	587
28	土	親子丼 牛乳 果物		ゼリー 菓子		

はしと茶わんを上手に持とう

乳幼児期は、食事の時に手づかみから、スプーン、はしを使って食べるように成長していきます。子どもたちは、食卓でのおとなのはしの持ち方や、茶わんの持ち方を見て、まねをしながら覚えていきます。おとながまずは、正しい見本を見せながら、子どもたちに正しい持ち方を伝えていきましょう。



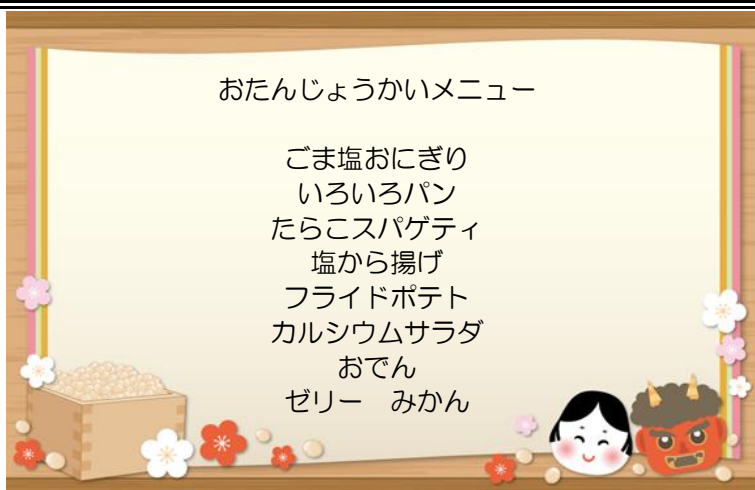
はしの持ち方

はしの使用は、手指機能が発達し、指先に力が入られるようになる、3歳頃からは望ましいようです。4～5歳になると、徐々に上達していきます。

はしを選ぶ場合には、子どもの手(中指の指先から手首のつけ根まで)より2～3cmながいもので、木製で丸くない、角のあるものの方が使いやすいでしょう。

おたんじょうかいメニュー

ごま塩おにぎり
いろいろパン
たらこスパゲティ
塩から揚げ
フライドポテト
カルシウムサラダ
おでん
ゼリー みかん



茶わんの持ち方

子どもに使わせる茶わんの大きさは、子どもが手を開いて親指で茶わんのふちを、そのほかの指で糸底を持つことができるものを選ぶようにしましょう。

