

瑞陵会 給食予定献立表(未満児)  
(令和5年度 2月分)

--	--	--	--

	昼食	午前のおやつ 午後のおやつ	栄養価			
			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
1 木	ご飯、たちの唐揚げ、大豆サラダ、すまし汁	ヨーグルト フルーツプリン、リッツ、おにぎり (ミルク)	528kcal	23.5g	16.0g	0.9g
2 金	鬼ご飯、鶏の生姜煮、卵スープ、きゅうり、ウィンナー いちご	ヨーグルト 豆まきのお菓子 (お茶)	538kcal	20.5g	21.7g	1.9g
3 土	軽食、果物	ミルク せんべい、ゼリー、ジュース	356kcal	8.9g	6.7g	1.0g
5 月	ご飯、五目大豆、ひじきサラダ、味噌汁、いちご	ヨーグルト うどん (お茶)	467kcal	18.3g	15.5g	2.1g
6 火	ご飯、すき焼き風煮、かぼちゃのそぼろ煮、味噌汁	ヨーグルト マカロニきなこ、いちご (お茶)	453kcal	17.0g	13.6g	1.7g
7 水	ご飯、華風スープ、ひじき入りバンサンスー、たくあん	ヨーグルト ブルーベリーサンド (ミルク)	495kcal	20.4g	13.7g	1.9g
8 木	ご飯、鶏肉のホイル焼き、ツナと大根のサラダ、スープ	ヨーグルト いよかん、煎餅、おにぎり (ミルク)	562kcal	26.6g	16.2g	1.6g
9 金	ご飯、レバーの揚げ煮、大根の和え物、スープ	ヨーグルト レーズン蒸しパン (ミルク)	494kcal	20.2g	12.3g	1.0g
10 土	軽食、果物	ミルク せんべい、ゼリー、ジュース	426kcal	8.5g	8.1g	0.8g
13 火	ご飯、つみれ汁、さつま芋サラダ、はっさく	ミルク ツナサンド (ミルク)	594kcal	21.5g	17.5g	1.1g
14 水	<b>お弁当の日</b> つくし:後期食:お粥、肉じゃが、味噌汁、みかん	ヨーグルト ハートケーキ (ミルク)	484kcal	17.9g	11.8g	1.1g
15 木	ご飯、チーズハンバーグ、コーンサラダ、スープ	ヨーグルト おにぎり、あられ(花供御) (お茶)	537kcal	20.9g	16.9g	1.1g
16 金	ご飯、さんまの蒲焼、うの花炒り、すまし汁	ヨーグルト おにぎり、いちご (お茶)	516kcal	17.7g	18.9g	1.1g
17 土	軽食、果物	ミルク せんべい、ゼリー、ジュース	356kcal	8.9g	6.7g	1.0g
19 月	ご飯、親子煮、ツナ和え、澄し汁、いよかん	ミルク 鶏肉のスパゲティ (ミルク)	403kcal	16.0g	11.9g	1.1g
20 火	ご飯、シチュー、レバー煮、野菜の盛り合わせ	ヨーグルト カナッペ (ミルク)	557kcal	23.7g	10.4g	1.4g
21 水	ご飯、大豆カレー、りんごと白菜のサラダ	ヨーグルト おでん (お茶)	451kcal	16.0g	14.8g	1.9g
22 木	スパゲティ、魚のパン粉焼き、サラダ、野菜スープ みかん	ヨーグルト マドレーヌ、いちご (ミルク)	457kcal	19.6g	19.6g	1.2g
24 土	軽食、果物	ミルク せんべい、ゼリー、ジュース	426kcal	8.5g	8.1g	0.8g
26 月	ご飯、豆乳鍋風、わかめサラダ、いちご	ヨーグルト コーンポタージュ、ラスク (ミルク)	458kcal	19.9g	11.7g	1.9g
27 火	ご飯、カリカリチキン、和風サラダ、スープ	ヨーグルト ライスピザ (ミルク)	535kcal	22.1g	13.9g	1.1g
28 水	ご飯、マーボー豆腐、ごぼうとツナのサラダ、スープ	ヨーグルト りんご蒸しパン (ミルク)	537kcal	22.9g	17.7g	1.6g
29 木	ご飯、たちのカレー揚げ、華風和え、スープ	ヨーグルト 鮭のクリームスパゲティ (ミルク)	595kcal	26.9g	21.7g	1.6g

ちよつご紹介 ~涅槃会~

お釈迦様が80歳で入滅(亡くなった)された日(2月15日)に行う法会のこと

入滅は涅槃に入ったということであり、煩惱や迷いがなくなり、悟りを開いた境地を意味します。

涅槃会ではお釈迦様が頭を北にし、西をむいて右脇を下にした姿で臥している最後の様子を描いた涅槃会図を本尊として掲げ、お釈迦様の最後の教えを伝える遺教経(ゆいきょうぎょう)をあげます。京都ではお釈迦様にあげるお供物の花供御というあられをふるまうお寺もあるそうです。

