



栄養たっぷりな大豆

節分といえば豆まきですが、豆まきで使われる大豆は、体をつくるものになるたんぱく質を豊富に含んでいることから別名「瘤の肉」ともいわれています。

そのほかにも、カルシウムや鉄、食物繊維なども多く含んでいるので成長期に積極的にとりたい食材の1つです。

株式会社 万福

★2月…旬の食べ物★

大根 カリフラワー 春菊
ブリ タラ みかん ゆず

好き嫌いなく食べて、元気な体を作りましょう！

The image is a detailed weekly meal plan for children, spanning from Monday to Friday. Each day has a specific theme or occasion: Monday is '弁当の日' (Bento Day) with a bento box illustration; Tuesday is '建国記念日' (National Foundation Day) with a bear and cat illustration; Wednesday is 'クラブ給食' (Club Meal); Thursday is '発表会前日のため午前保育' (Morning Care before Performance Day) with a mouse illustration; Friday is '代休' (Substitute Holiday) with a group of bears illustration; Saturday is '天皇誕生日' (Emperor's Birthday) with a bear and cake illustration; and Sunday is '全員給食' (Everyone's Meal). The meal plan includes breakfast, lunch, and dinner items with their respective ingredients and nutritional values. A top right corner features a cartoon illustration of a child and a teacher, and a banner at the bottom right encourages eating healthy for energy.

*魚に関しては、噛みくだける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承ください。