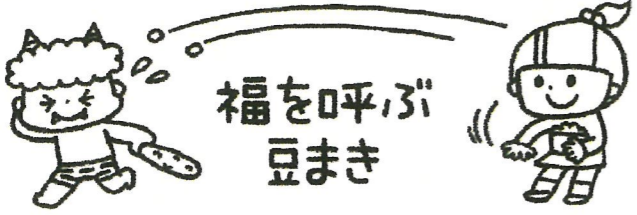


2月食育だより

福を呼ぶ豆まき



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆=「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。

食生活アンケートにご協力ありがとうございました。

「園の給食では食べているのに家では食べない」「見た目では食べない、見たことのないものを食べない」「集中して食べれない」など気になることや改善していきたいことを知ることができました。

園の給食はお友だちや先生たちがいて、家で食べる環境と違うので「みんなが食べてる、がんばろう」「ひとくちチャレンジしてみよう」「今日は食べれなかったけど次食べてみよう」そんなメラメラした気持ちが生まれるのでしょう。そんなちいさなメラメラを何回か経験するうちに何となく食べれるようになるのではないかと思います。

「おともだち」や「先生」や「おうちの人」のたくさんのかかわりと食経験がだんだん食べることへの成長を促していくのだと思います。ゆっくり見守りましょう。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
<p>☺ おしほりは乾いた状態で準備をしてください。黒ずみ・黄ばみなど汚れが目立つものは新しいおしほりに替えてください。</p> <p>☺ 献立内にある(★)(※)印に応じて箸やスプーン、ごはんの有無を確認してください。</p> <p>(★)・・・カレーや丼の日なのでごはん、箸、スプーンが必要です。</p> <p>(※)・・・主食提供されるのでごはんはいりません。</p> <p>☺ 物流や納品などの状況により献立の内容が変更になる場合があります。ご了承ください。</p>					
			1 せつぶん給食 おにぎりハンバーグ エビフライの金棒 ほうれん草和え物 くだもの まめいり野菜スープ ぎょうにゅう牛乳	2 さば西京漬焼き ブロッコリースタミナ炒め 春雨サラダ くだもの すまし汁 ぎょうにゅう牛乳	3 豚肉たまごとし ハッシュドポテト ブロッコリーおほかマヨ和え くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳
			豆乳プリン	ギョウザの皮ピザ	カップデザート
5 豚肉みそ炒め かぼちゃチーズ焼き 千草和え くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	6 鮭のパン粉焼き じゃがいも香り炒め ゆで野菜 くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	7 お好み焼き風たまごやき 揚げごぼうのごま和え もやしのサラダ くだもの けんちん汁 ぎょうにゅう牛乳	8 ごもく五目しょうゆラーメン(※) 厚揚げユーリンチー ブロッコリーおほか和え くだもの ぎょうにゅう牛乳	9 タラのフライ きざみ野菜 もやしのひき肉炒め くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	10 豚肉と大根のうま煮 ホタテ風味フライ キャベツなめたけ和え くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳
いもけんぴ	麩のラスク	ミニメロンパン	ソフトゼリー	みそカステラ	リングドーナツ
12 ふりかえぎょうじつ 振替休日 (おやすみ) 	13 イワシの蒲焼き 切り干大根とそぼろの炒り煮 ほうれん草ごま和え くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	14 キャベツハンバーグ ブロッコリーと卵のサラダ かぼちゃ甘煮 くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	15 あかうお赤魚おろしあんかけ ぶたにく豚肉とごぼうのきんぴら カリフラワーサラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	16 カレーうどん(※) 豆腐と鶏ひきのナゲット ほうれん草ナムル くだもの ぎょうにゅう牛乳	17 マーボー豆腐 ミニ春巻き さつまいもとハムのサラダ くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳
	ホットケーキ	あお青りんごゼリー	だいがくいち大学芋	や焼きおにぎり	ミニクリームパン
19 さんまオレンジ煮 とり鶏じゃが煮 小松菜ごまマヨかけ くだもの すまし汁 ぎょうにゅう牛乳	20 とりてぼもとに鶏手羽元煮 ジャーマンポテト ひじきの五目目サラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	21 さけ鮭ネギみそ焼き にんじん人参しりしり ゆで野菜 くだもの すまし汁 ぎょうにゅう牛乳	22 チキンカレー(★) カラフルオムレツ グリーンサラダ くだもの ぎょうにゅう牛乳	23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日 (おやすみ) 	24 アジフライ きざみ野菜 ちくわとピーマンの金平 ひきわり納豆 くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳
かじゅう果汁たっぷりりんごゼリー	かたぬ型抜きチーズ・ヤクルト	ベルギーワッフル	ココアプリン	アップルパイ	
26 さば竜田揚げ ビーフソテー 白菜と塩こんぶの浅漬け くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	27 とりく鶏肉はちみつしょうゆ照り焼き だいこん大根そぼろ煮 にんじん人参サラダ くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	28 ほっけスタミナ焼き ウイナーケチャップ炒め ブロッコリーサラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	29 けんちんうどん(※) あ揚げぎょうざ さんしょやさい三色野菜のごま和え くだもの ぎょうにゅう牛乳		
ジャムサンドイッチ	プリン	ミニ肉まん	ベジタブルカステラ		