

2月 献立表

日	曜	行事	全児副食	全児間食	未満児間食	未満児主食
1	月		ツナと切干大根の炒め物、酢の物、みそ汁、果実	ふかし芋、牛乳	豆乳 パン	ご飯
2	火	細巻きクッキング (以上児)	細巻き、鶏の香味焼き、ゆで野菜、きのこ汁、果実	ポンデケージョ、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
3	水		ハンバーグ、胡麻和え、根菜汁、トマト	フレンチトースト、牛乳	豆乳・チーズ	ご飯
4	木		肉じゃが、マカロニサラダ、みそ汁、トマト	ぜんざい、お茶	牛乳・コーンフレーク	ご飯
5	金		魚のみそ焼き、ハンサンスウ、清し汁、果実	たこ焼き風、牛乳	飲むヨーグルトパン	ご飯
6	土		豚丼、酢の物、果実	牛乳、ジャムサンド	牛乳・クラッカー	ご飯
7	日					
8	月		ひじき炒め、ポテトサラダ、みそ汁、果実	おからと人参のケーキ、ミルク	牛乳・ふかし南瓜	ご飯
9	火		魚のおろし煮、野菜の昆布和え、清し汁、トマト	ヨーグルトムース	豆乳・果物	ご飯
10	水	英語	ポークビーンズ、ブロッコリーのミソマヨサラダ、コンソメスープ、果実	チーズ饅頭、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
11	木	建国記念日				
12	金		クリームシチュー、ナムル、果実	フルーツヨーグルト	バナナヨーグルト	ご飯
13	土		スパゲティーミートソース、ササミのナムル、果実	牛乳、お麩のラスク	牛乳・クラッカー	スパゲティー
14	日					
15	月	以上児フリー参観	タコライス、ドレッシングサラダ、果実	お豆腐のココアマフィン、牛乳	牛乳・果実	ご飯
16	火	太陽スポーツ	飛竜頭、和え物、みそ汁、果実	カルシウムおにぎり、お茶	牛乳・胡瓜スティック	ご飯
17	水	わくわくランチ	山海おこわ、魚の香草フライ、菜種和え、トマト、きのこ汁、果実	ピザクッキング、豆乳	チーズキャッチ、クラッカー	ご飯
18	木		八宝菜、パンバンジー、チンゲン菜のスープ、果実	ポンデドーナツ、牛乳	牛乳・パン	ご飯
19	金	弁当日		バイクドさつま芋ケーキ、カルピス	豆乳、ちりめん	
20	土		焼きビーフン、厚揚げと野菜の煮物、果実	牛乳・菓子	豆乳・クラッカー	ビーフン
21	日					
22	月	未満児フリー参観	ポークカレー、ほうれんそうのサラダ、果実	きな粉マカロニ、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
23	火	天皇誕生日				
24	水	英語	すき焼き風、白和え、みそ汁、トマト	梅が枝餅、お茶	野菜ジュース ふかし芋	ご飯
25	木		めひかりのから揚げ、大豆サラダ、けんちん汁、果実	ヨーグルト蒸しパン、豆乳	豆乳・クラッカー	ご飯
26	金		鶏肉のレモン焼き、小松菜とパプリカの和え物、野菜スープ、果実	ジャムサンド、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
27	土		マーボー丼、ちくわと野菜の煮物、果実	牛乳・菓子	牛乳・クラッカー	ご飯
28	日					

食育だより

令和3年2月

1月のパティシエさん

1月のパティシエさんは、シェフの格好をしたら、ニコニコ嬉しそうにしていました。缶切りをするとき「こう？こう？」と確認しながら作業し、力の入れ方が難しそうでした。バナナのカットは、トントンとリズム良くカットしてくれました。さくら組さんのパティシエさんは、終始、恥ずかしそうでしたが、スプーンを取りにくるお友達に小さい声ながら「どうぞ」と言ってくれていました。お手伝いしてくれてありがとう♪



♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡
♡♡ HAPPY VALENTINE'S DAY ♡♡

2月14日(日)はバレンタインです。
簡単チョコレシピを紹介します♪

チョコフォンデュ(2~3人分)

●材料●

板チョコレート 2枚分(100g)

牛乳 50cc~70cc

好みのフルーツ、パン、マシュマロなど

●つくり方●

- ①チョコを細かく刻む。
 - ②鍋に牛乳を入れ、弱火で温める。沸騰寸前で弱火にして、チョコを入れて混ぜ合わせる。
 - ③混ぜたら、火を止める。チョコフォンデュの出来上がり。
 - ④お好みのフルーツ(いちごやバナナなど)、パンをチョコフォンデュにつけて召し上がれ♪
- ※やけどに注意してください。



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、福を呼び込む為に行うとされています。今年の節分は、2月2日です。「え？2月3日が節分の日じゃないの？」と思ったと思うんですが、実は、節分は固定ではなく「立春の前日」というルールがあります。今年の立春は2月3日なので、節分の日は2日になります。2月2日が節分の日になるのは、124年ぶりです。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外~♪福は内~♪」と声を出しながら豆まきを楽しんでください。



からすのパンやさん



絵本の「からすのパンやさん」を題材に、1/20(水)のおやつ時間にパンを提供しました。絵本の中では、お店で売れなかったパンやこげたパンなどは、みんなからすの子どもたちのおやつになります。そのおやつパンが、周りの子どもたちの間で評判になり、みんなが買いにくることに、そこで「からすのパンやさん」は一家総出で沢山のパンを作るというお話です。

園では、子どもたちに引き換え券を渡し、券と交換で、7種類のパンの中から好きなパンを子どもたちに選んでもらいました。お友だちと展示していた絵本のイラストを指をさして話していたり、自分で選んだパンとお友だちのパンを見せ合いっこしたり、お口にいっぱいパンをほおぼって食べていました♪

