



給食だより

【今月の目標】
年齢に合った
マナーを身につけよう

2022年2月28日
足羽東こども園

日	曜	献立名	9時30分 (未満児)	15時(全員)	延長保育 (飲み物 お茶)
1	火	うめ組希望給食 ★ハヤシシチュー スティック胡瓜 トマト フルーツヨーグルト	牛乳 お米ボーロ	ミルク 一口せんべい	米粉クッキー
2	水	赤魚の醤油漬け マカロニサラダ 豚汁	牛乳 プチクッキー	ミルク 揚げせんべい	塩せんべい
3	木	花型ハンバーグ ブロッコリーのマヨネーズ添え 花魁とわかめのすまし汁 ひな祭りゼリー	牛乳 野菜家族	ミルク ひなあられ	ビスケット
4	金	★ビビンバ風 だし巻き卵 トマト 春雨スープ	牛乳 南瓜せんべい	カルピス クッキー	卵せんべい
5	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 ビスケット	お茶 せんべい	
7	月	鯖の味噌煮 ほうれん草の胡麻和え うどん入りすまし汁	牛乳 卵ボーロ	ミルク 野菜せんべい	きな粉せんべい
8	火	コロッケ 白菜の煮浸し もずくスープ スライスチーズ	牛乳 ビスケット	お茶 きな粉マカロニ	白い風船
9	水	白身魚の磯部フライ スナックえんどうと人参のマヨネーズ添え 厚揚げとネギの味噌汁	牛乳 カルマフわせん	ミルク 白い風船	ウエハース
10	木	お別れ会食 (*白ご飯はいりません) パン ハンバーグ トマト 胡瓜 ナゲット ポテトフライ ゼリー 幼児ジュース	牛乳 ベビーせんべい	お茶 星たべよ	野菜せんべい
11	金	鶏肉のケチャップ炒め 小松菜とじゃこの煮浸し 大根とネギの味噌汁 ふりかけ	牛乳 小魚家族	ミルク ビスコ	雑穀クッキー
12	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 せんべい	お茶 ビスケット	
14	月	鶏の唐揚げ 元気ピーマン炒め コーンスープ	牛乳 塩せんべい	お茶 たべっこベビー	小魚せんべい
15	火	プレーンオムレツ 野菜入りスパゲティケチャップ炒め じゃが芋とえのきの味噌汁	牛乳 ウエハース	幼児牛乳 きな粉せんべい	醤油せんべい
16	水	ひまわり組希望給食 ★ポークカレーシチュー 福神漬け スティック野菜 トマト フルーツミックス	牛乳 白い風船	幼児ジュース ぱりんこ	クッキー
17	木	引越しの為、午前中みの保育で給食はありません (希望保育の方は水筒を持参して下さい)			
18	金				
19	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 ビスケット	お茶 せんべい	
21	月	春分の日			
22	火	鮭のムニエルタルソース添え 小松菜と薄揚げの煮浸し 里芋の味噌汁	お茶 Caせんべい	お茶 ヨーグルト	南瓜せんべい
23	水	煮込みハンバーグ ひじきと薄揚げの煮物 白菜と人参の味噌汁	お茶 ポテトせんべい	ミルク 雑穀クッキー	揚げせんべい
24	木	春キャベツ入りポトフ 刻み納豆 スティック胡瓜 パナナ	牛乳 ミニクッキー	ミルク わかめチップ	ビスコ
25	金	*白ご飯はいりません 焼きそば ブロッコリーのマヨネーズ添え トマト あっさりスープ	牛乳 野菜家族	お茶 焼き芋	お子様えびせん
26	土	卒園式 (土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 せんべい	お茶 ビスケット	
28	月	*白ご飯はいりません あっさり炒飯 ささみフライ 胡瓜のゆかり和え ジュリアンスープ	牛乳 お子様せんべい	ミルク フルーツムース	ウエハース
29	火	玉ねぎ入り豚肉の生姜焼き 人参といんげんのおかか和え 蒲鉾入りすまし汁 オレンジ	牛乳 きな粉ウエハース	ミルク いちごマフィン	野菜せんべい
30	水	肉じゃが ほうれん草とツナの胡麻酢和え 玉ねぎとわかめのスープ	牛乳 卵せんべい	ミルク Caあられ	きな粉せんべい
31	木	野菜入り肉団子 キャベツとコーンのソテー さつま芋の味噌汁 味付け海苔	牛乳 米粉クッキー	ミルク 小魚せんべい	白い風船

食育活動 (状況を見ながら行います)

9日、25日、28日は白ご飯はいりません (3~5歳児)

★マークの日はスプーンを持参下さい (3~5歳児)



手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】

北海道・青森・茨城・千葉・長野・岐阜
愛知・静岡・富山・石川・福井・和歌山
高知・愛媛・徳島・福岡・熊本・鹿児島
宮崎・フィリピン

食育だより

今年度も残りわずかとなりました。4月の子ども達の様子を思い出すと、出来たことや覚えたことがたくさん増え、ずいぶん成長しました。食育活動も限られた制限の中、食事マナーや食べ物についての食育集会など行うことが出来ました。日々の給食でも苦手な食材を残さず食べたり、正しい食器・食具の持ち方や姿勢にも気を付けながら楽しく食べることが出来ました。食事は健康な体を作るだけでなく、生活の基本となるものです。正しい食生活を送ることで毎日元気に過ごすことが出来ます。また食事の食べ方やマナーは家族がそろって食事をする時に大人がお手本となって教えていくことで身につきます。

ご家庭でもお子さんと一緒に1年間の食生活やマナーを振り返ってみましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に手洗いをする 	<input type="checkbox"/> しっかり朝ご飯を食べる 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を忘れずに言う 
<input type="checkbox"/> 正しい姿勢でご飯を食べる 	<input type="checkbox"/> よく噛んで食べる 	<input type="checkbox"/> 正しく箸やスプーンを持つ 
<input type="checkbox"/> 苦手な物も残さず食べる 	<input type="checkbox"/> 1日1回は家族そろって食べる 	<input type="checkbox"/> 食事の準備や片付けなどのお手伝いをする 

手作りうどん作り(全園児)美味しく出来ました。



味噌作り(5歳児)

大豆から味噌になるまでの話を聞きました。



半年～1年ほど寝かせて完成です。

*うどんや味噌の材料はチャック付きのポリ袋に入れて、こねました。