

2月の給食だより

【今月の目標】
自分の食べられる
量を知ろう

2024年1月31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	木	ぶたにくのしょうがやき キャベツとにんじんのおかかあえ さつまいもとえのきのみそしる	牛乳 りんごゼリー	ミルク Ca せんべい	あられ
2	金	あげごはん こんさいりいわしフライ きゅうりとにんじんのマヨネーズあえ ふとたまねぎのすましじる	牛乳 ウエハース	おちゃ みかん せつぶんボーロ	小魚バリバリ
3	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	
5	月	おたのしみべんとうのひ (しょくいくのひ うどんづくり)	牛乳 卵せんべい	おちゃ うどん	クッキー
6	火	ベーコンいりジャーマンポテト あっさりスープ きりぼしだいこんとほうれんそうのナムル	牛乳 塩せんべい	ミルク たべっこどうぶつ	揚げせんべい
7	水	はっぼうさい むししゅうまい ブロッコリーのごまドレッシングがけ	牛乳 ソフトせんべい	おちゃ ヨーグルト	きな粉せんべい
8	木	ようふうたまごやき スティックきゅうり あじつけのり こんさいりミネストローネ	牛乳 ビスケット	ミルク こぎかなバリバリ	ビスケット
9	金	あかうおのにつけ ひじきいりキャベツのマリネサラダ じゃがいもとにんじのみそしる	牛乳 プチクッキー	ミルク あげせんべい	ウエハース
10	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	
12	月	振替休日			
13	火	たまねぎいりぶたにくのあまずいため あつあげのふくめに かぼちゃとねぎのみそしる	牛乳 お米ボーロ	おちゃ みずようかん	南瓜せんべい
14	水	誕生会 ソースカツどん パインいりキャベツサラダ にんじんのにつけ ほしふとわかめのすましじる	牛乳 ベビーせんべい	カルビス いちごムース	一口せんべい
15	木	さばのみそに ごんぼのきんぴら うどんいりすましじる	牛乳 カルマぐふわせん	おちゃ ほしたべよ	クッキー
16	金	わかどりのからあげ にんじんいりブロッコリーのちゅうかあえ はるさめスープ	牛乳 野菜家族	ミルク おらさきもチップ	Ca せんべい
17	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	
19	月	おたのしみべんとうのひ (加工品も必ず火を通しましょう)	牛乳 卵ボーロ	ミルク コーンおしパン	ぱりんこ
20	火	さくら組希望給食 ビビンバふう スティックきゅうり トマト そうめんじる ヨーグルト	牛乳 ほうれん草の煎餅	ミルク バナナ	わかめチップス
21	水	とりにくのケチャップに コーンいりスパゲティソーテー とうふとしめじのスープ	牛乳 お子様せんべい	ミルク ひとくちせんべい	クッキー
22	木	ポークカレーシチュー ふくしんづけ フルーツミックス ポイルやさいのマヨネーズあえ	牛乳 ウエハース	おちゃ ぱりんこ	ビスケット
23	金	天皇誕生日			
24	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	
26	月	コロッケ ほうれんそうのおひたし とうふとねぎのみそしる	牛乳 小魚家族	おちゃ ふかしいも	野菜せんべい
27	火	パンの日 パン いちごジャム さけのムニエルレモンぞえ いんげんとにんじんのごまあえ マカロニスープ	牛乳 お米ボーロ	ミルク わかめチップ	ビスケット
28	水	ハヤシシチュー のりしおこふきいも でこぼん	牛乳 ミニクッキー	ミルク おこさまえびせん	お子様えびせん
29	木	たんぼぼ組希望給食 ハンバーグ きゅうりのちゅうかあえ そうめんじる ふりかけ	牛乳 紫芋せんべい	ミルク ビスケット	あられ

食育活動 *青い線が引いてある献立は福井の郷土料理です
5日 うどん作り(2~5歳児、うどんを踏んでコシを出してもらいます)
20日 さくら組希望給食
29日 たんぼぼ組希望給食
*野菜ちぎりなどの活動も少しずつ取り入れていきます



手作りおやつ

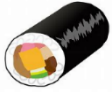
【今月使用する食材の産地】

北海道・青森・茨城・千葉・富山・石川
福井・長野・岐阜・愛知・静岡・徳島・高知
福岡・長崎・熊本・宮崎・鹿児島・アメリカ
メキシコ・フィリピン

食育だより

「立春」を迎え暦の上では春となりますが、1年で1番寒く、体調を崩しやすい季節です。インフルエンザなどの感染症予防の為、これまで通り手洗い・うがいをしっかりと行い、バランスのとれた温かい食事や十分な睡眠をとり、厳しい寒さを乗り切りましょう。

節分の行事食



「恵方巻」…その年の恵方を向いて無言でお願いごとしながら食べると縁起がよいとされている（今年は東北東です）



「いわし」…食べることで体の邪気をはらってくれる

「豆」…魔を滅するという意味で、悪いものを払う力があるといわれている

（誤嚥、窒息事故の防止の為、5歳以下のお子様には食べさせないようにしましょう。）



園では豆の代わりにボーロをおやつで食べます）

ふるさとの日

福井県が誕生したのが、明治14年2月7日であることから毎年2月7日を「ふるさとの日」と定めています。福井県は海や山に囲まれ、豊かな自然の中で育まれた美味しい食材や水に恵まれています。今月は給食でも福井の郷土料理を多く取り入れる予定で、美味しい福井の味を味わいたいと思います。

*揚げご飯、厚揚げの含め煮、水ようかん、ソースカツ丼、ごんぼのきんぴら



七草観察(全園児)

七草に触れて感触や匂いなどを体験しました。実際に触れることで視覚・嗅覚の刺激になり食べ物への興味につながります。給食の時間にはすずな(蕪)・すずしろ(大根)を使った七草粥を美味しく食べていました。



もちつき大会(全園児)

せいろで蒸したもち米で餅をついたり、丸めたり、柔らかいお餅の感触を感じながら楽しんで行いました。

