



# 2月 給食だより

## いおうほいくえん



### 2月の目標

## 正しい食事のマナーを身につけよう

寒さがまた一段と増す時期となりました。子どもたちはこの寒さに負けず園庭で元気いっぱい遊んでいます。一方で感染症の風邪やインフルエンザが増えてくる時期でもあります。遊んだ後はしっかり手洗い、うがいをすることを習慣化することで、ウイルスや、ばい菌の侵入を防ぎましょう。



### 正しい食事のマナー

食事のしかたは毎日のくり返しによって一生の習慣になっていくものであり、一度身についたものはなかなか治すことができません。小さいころから正しい食事のマナーをくり返し教えていくことが大切です。

### ・食事の前後には挨拶をしましょう

「いただきます」と「ごちそうさま」。ほかの動物の命をいただくことへの感謝と食べ物を作ってくれる人への感謝の気持ちが表されています。ご家庭で食事の挨拶の意味を一度きちんとお話してその意味を理解したうえで挨拶ができるようになるといいですね。

### ・箸を正しく持って食事をしましょう

箸を使い始める前のスプーンで「鉛筆持ち」をすることが重要です。鉛筆持ちは箸を扱うのに必要な発達や指先の運動が含まれているために、スプーンの持ち方が曖昧なままに箸を持ってしまうと癖がついてしまうことが多くなります。お子さんのスプーンの持ち方がしっかりと鉛筆持ちになっているか確かめてみましょう。

### 2月のクッキング

保育園では2月7日にクッキングで恵方巻を作ります。恵方とは、その年の年神様がいるとされる縁起のよい方角目をのこと。そちらに向かって目を閉じて願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりすると願い事が叶う、一年を健康に過ごすことができる、と言われていました。子どもたちの願いが叶いますように。



### 2月給食予定表

日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1	水	ししゃものごま焼き・きゅうりのおかか和え・南瓜スープ・りんご	みかん缶	★ドーナツ
2	木	ポークカレー・野菜サラダ・バナナ	ビスコ	アスパラガスビスケット
3	金	サバの味噌煮・ひじきのレモン酢和え・のっぺい汁・黄桃缶	プリン	★あんまんじゅう
4	土	ミートソーススパゲッティ・パン缶	ウインナーソーセージ	
6	月	鶏肉のもろみ焼き・コールスロー・厚揚げの味噌汁・バナナ	棒チーズ	コーンフレーク
7	火	ハンバーグ・人参グラッセ・春雨のお吸い物・オレンジ	星たべよ	恵方巻
8	水	白身魚のピカタ・野菜炒め・ひよこ豆入りポテトチャウダー・パン缶	黄桃缶	★フルーツサンド
9	木	エビフライ・盛り合わせサラダ・かきたまスープ・うさぎりんご	バナナ	★ごまポーロ
10	金	八宝菜・こっぴなます・豆の甘煮・キウイ	ヨーグルト	★フルーツポンチ
13	月	揚げだし豆腐・きゅうりの昆布和え・すまし汁・オレンジ	マリー	チョコスノーボール
14	火	オムレツ・ほうれん草のソテー・豆乳汁・みかん	ウインナーソーセージ	どうぶつビスケット
15	水	はんぺんの磯辺焼き・レンコン金平・卵豆腐のお吸い物・バナナ	黄桃缶	フライドポテト
16	木	福袋煮・わかめの酢の物・豚汁・りんご	ビスコ	★フレンチトースト
17	金	野菜のかき揚げ・ひじき納豆・白菜と肉団子のスープ・みかん缶	ウインナーソーセージ	★チーズ饅頭
18	土	田舎そうめん・バナナ	ミニサラダ	
20	月	麻婆豆腐・カリカリいりこ・オレンジ	ビスコ	★小倉蒸しパン
21	火	鶏レバーの生姜煮・もやしのナムル・チャブスイ・バナナ	マリー	ボルガ
22	水	鮭のバター焼き・ごぼうサラダ・中華スープ・みかん	棒チーズ	★マカロニあべかわ
23	木	コーンシチュー・温野菜のドレッシング和え・バナナ	ウインナーソーセージ	ゼリー せんべい
24	金	竹輪のカレー揚げ・ポテトサラダ・コンソメスープ・みかん缶	ミニサラダ	★メロンパンクッキー
25	土	きつねうどん・パン缶	星たべよ	
27	月	肉じゃが・大根サラダ・みかん	マリー	枝豆
28	火	目玉焼き・ニラチャンプル・けんちん汁・バナナ	りんご	★ふうせん揚げ

すみれ・もも組の飲み物は牛乳、たんぼぼ組以上はスキムミルクです。

誕生会です。たんぼぼ組以上はごはんをお願いします。

新メニューです。クッキングです。

★は手作りおやつです。