

2月 給食だよ

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

正しい箸の持ち方、食事のあいさつ

子どもにぜひ身につけさせたいのは一緒に食事する人を不快にさせない作法です。一度に覚えることはなかなかできませんが、毎日の食事の中で気を付けていき気持ちよくおいしく食事を楽しみましょう。

正しいはしの持ち方

- 1 上のはしを鉛筆もちでにぎります。
- 2 下のはしは親指と薬指で固定します。



- 3 はしの先をそろえて1と2を組み合わせます。
- 4 下のはしは動かさず、上のはしを動かします。

また、はしで豆をつかむゲームなど、子どもが遊びながら楽しく身に付けられるような方法で、家庭でも練習してみてくださいね。

「いただきます」「ごちそうさま」

食卓の準備がととのったら、「いただきます」のあいさつで食べ始めます。「いただきます」と「ごちそうさま」、食事のあいさつには、牛や豚、魚などほかの動物の命をいただくことへの感謝と食物を作ってくれた人への感謝の気持ちが表されています。なぜ「いただきます」や「ごちそうさま」と言うのか、食事のあいさつの意味を一度きちんと話をして、その意味を理解したうえで、あいさつができるようになるといいですね。



節分には炒った大豆

節分には邪気をはらうために豆まきをし、自分の数え年の数の豆を食べます。豆は炒った大豆を使いますが、昔の家は家の中に土間があり、そのまま豆をまくと芽が出てくるおそれがあったため、それを防ぐ目的から炒るようになったといわれています。また、豆を炒ると固さが増し、鬼を退治するのに適しているという説もあります。



日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1	木	野菜のかき揚げ・ひじき納豆・白菜と肉団子のスープ・バナナ	ヨーグルト	★フルーツカスタード
2	金	肉じゃが・ほうれん草の胡麻和え・いりこのケチャップ和え・キウイ	ビスコ	★豆腐団子
3	土	ちゃんぽん・パイン缶	星たべよ	
5	月	鶏肉のもろみ焼き・マカロニサラダ・南瓜の味噌汁・みかん	棒チーズ	アスパラガスビスケット
6	火	魚の揚げたれつけ・きゅうりの昆布和え・野菜の沢煮物・りんご	パイン缶	★恵方巻
7	水	ロールキャベツ・豆の甘煮・バナナ	黄桃缶	★シリアルおこし
8	木	鬼さんライス・きゅうりとわかめのナムル・かきたま汁 フルーツゼリー	マリー	ブチボルガ
9	金	ふくさ卵・五目煮・白身魚のお吸い物・キウイ	ホットケーキ	枝豆
10	土	きつねうどん・黄桃缶	サラダせんべい	
13	火	鶏のねぎソースかけ・チャプチェ・卵豆腐のお吸い物・みかん缶	りんご	★チョコスノーボール
14	水	焼きししゃも・こっばなます・すりみの味噌汁・りんご	ヨーグルト	★パイン蒸しパン
15	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	★手作りスナック
16	金	はんぺんのピカタ・バンサンスー・豚汁・キウイ	棒チーズ	★スイートポテト
17	土	もやしラーメン・パイン缶	ビスコ	
19	月	マカロニグラタン・ほうれん草のソテー・中華スープ・みかん	バナナ	★チーズまんじゅう
20	火	麻婆豆腐・ブロッコリーのおかか和え・カリカリいりこ・りんご	パイン缶	ゼリー せんべい
21	水	竹輪の磯辺揚げ・ジャーマンポテトサラダ・春雨のお吸い物・黄桃缶	マリー	★どらやき
22	木	鮭のムニエル・れんこん金平・のっぺい汁・キウイ	星たべよ	★野菜ポッキー
23	金	ビーフシチュー・野菜サラダ・みかん缶	ホットケーキ	★プリンアラモード
24	土	焼きそば・わかめスープ・パイン缶	マリー	
26	月	畑の磯団子・白菜の胡麻和え・そうめん汁・りんご	サラダせんべい	フライドポテト
27	火	チーズオムレツ・ごぼうサラダ・ミネストローネ・みかん缶	ウインナーソーセージ	コーンフレーク
28	水	さばのみぞれ煮・わかめのポン酢和え・すまし汁・黄桃缶	ゼリー	★かるかんまんじゅう

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。