

2月 給食だより

いあうこどもえん

2月の目標

正しい食事のマナーを身につけよう



「恵方巻き」とは、節分の夜に食べる縁起物の太巻きのこと。暦の上で春を迎える節分の日に、1年の災いを払う厄落としや商売繁盛を願う意味で、太巻きをその年の恵方（南南東）に向かって丸かじりするのが習わしとされています。もとは大阪を中心とした関西発祥の風習ですが、食品業界での販売促進活動などによって、最近では全国的にもよく知られるようになりました。



お碗を正しく持てていますか？

ご飯やお汁のお椀を正しく持ってお食事しましょう。4本の指にお椀を乗せ、お椀のふちに親指をかけて持ります。



良くない持ち方です！



🐰★🐻★🐱★🐰★🐻★🐱★ かぜに負けない体力づくり 🐰★🐻★🐱★🐰★🐻★🐱★

寒くなると体力も低下してきてビタミン不足でかぜをひきやすくな�니다。かぜをひかないようにするためにには、疲れない体をつくることが大切です。栄養をしっかり体の中に摂りいれて、生活リズムを整えましょう。



次回のクッキングは、お好み焼きです。

2月19日 ひまわり組・ばら組さん エプロン・三角巾の準備をお願いします。



2月給食予定表



日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ	
2	月	鯖の塩焼き・チョレギサラダ・おふのお吸い物・キウイ	ミレービスケット	★ワインナーロール	
3	火	チキテキ・ほうれん草の白和え・そうめんの味噌汁・パイン缶		棒チーズ	
4	水	鮭のバター焼き・盛り合せサラダ・コンソメスープ・みかん		豆乳クッキー	
5	木	豚肉の味噌炒め・梅納豆・卵豆腐のお吸い物・黄桃缶		★メロンパン風トースト	
6	金	白身魚のマヨ焼き・人参しりしり・わかめの味噌汁・バナナ	カルシウムせんべい	★チュロス	
7	土	ミートソースパスタ・ロールパン・みかん缶	ソーセージ	ココナッツサブレ	
9	月	鶏肉のもろみ焼き・きゅうりの中華和え・南瓜スープ・キウイ		★フライドポテト	
10	火	福袋煮・さつま芋のサラダ・玉ねぎのお吸い物・パイン缶		カルシウムウェーハース	
11	水	建国記念の日			
12	木	鯖のみぞれ煮・のり納豆・ほうれん草の味噌汁・みかん	まんまるソフトせんべい	★チョコマフィン	
13	金	鬼さんライス・カリフロサラダ・かきたまスープ・バナナ		豆乳クッキー	
14	土	味噌ラーメン・チャーハン・黄桃缶	いりこ	ゼリー・せんべい	
16	月	鮭のサクサク揚げ・パンサンスー・けんちん汁・みかん缶	ヨーグルト	★チーズサブレ	
17	火	ビビンバ風炒め・きゅうりのゆかり和え・薄揚げの味噌汁・キウイ	ミレービスケット	★バナナケーキ	
18	水	竹輪の磯マヨ焼き・グリーンサラダ・肉団子のスープ・パイン缶	鉄ウエハース	コーンフレーク	
19	木	鶏の煮物・チーズ納豆・春雨のお吸い物・バナナ		みかん缶	
20	金	白身魚のムニエル・人参金平・じやが芋の味噌汁・黄桃缶	カルシウムせんべい	★あんバターサンド	
21	土	肉うどん・わかめご飯・みかん缶	棒チーズ	サッポロポテト	
23	月	天皇誕生日			
24	火	はんぺんのハムチーズフライ・フレンチサラダ・中華スープ・キウイ	ソーセージ	プチボルガ	
25	水	スタミナ炒め・わかめの酢の物・厚揚げのお吸い物・パイン缶	カルシウムウェーハース	★かぼちゃのクッキー	
26	木	鮭のクリームシチュー・ブロッコリーのドレッシングかけ・トマト・バナナ	ごぼう醤油せんべい	★イチゴ蒸しパン	
27	金	具だくさん厚焼き卵・ポテトサラダ・きのこの味噌汁・黄桃缶		いりこ	
28	土	ちやんぽん・みかんヨーグルト	ミレービスケット	こつぶっこ	

すみれ・もも組の飲み物は(月・水・金)牛乳(火・木)スキムミルク、たんぽぽ組以上はスキムミルクです。
誕生会です。

新メニューです。

クッキングです。

★は手作りおやつです。