



2がつのこんだてひょう



〈今月の目標〉

- ・残さず食べよう
- ・感謝して食べよう (3~5歳児)

※ 青字は新作メニューです。

令和6年 中部保育所

寒さが厳しい日が続いていますね。体調管理に気をつけ、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

子どもたちは保育所生活の中で、野菜の皮はぎや種取りのお手伝いをしたり、畑での栽培などを通して食材に触れる経験をしたりしました。初めは苦手だったものも、食材に触れることで一口は食べてみようとする姿や、ピカピカになったお皿を嬉しそうに見せてくれる姿があります。今月は、『お皿ピカピカ大作戦!』とし、3~5歳児はお皿がピカピカになったら手作りのカードにシールを貼り、楽しみながら残さず食べることができた喜びや、満足感を感じられるようにしたいと思います。

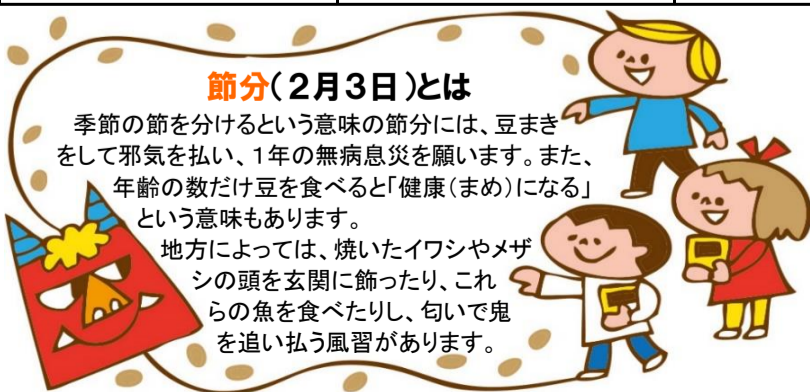
また、感謝の気持ちを持って食事が食べられるように、大切な命をいただいていることや、食事ができるまでには多くの人が関わっていることも伝えていきたいと思ひます。

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 ひじきの煮物 きのこのしょうゆ焼き キャベツのみそ汁 さつま芋ごはん パスチャライズ牛乳	のりごまクッキー お茶 ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のお浸し 焼きかぼちゃ 五目汁 みかん 鶏そぼろおにぎり 牛乳	きな粉マカロニ 牛乳 ごはん 春巻き 納豆和え カリフラワーの甘酢和え 厚揚げのみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	きな粉豆 牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き 里芋のじゃこ和え キャベツの和え物 あさり汁 茶飯おにぎり 牛乳 粉ふき芋 牛乳	2 豆まき会 もちもちおから お茶 ごはん 魚のかば焼き 茶碗蒸し 小松菜の和え物 麩のみそ汁/ぼんかん 梅かつおおにぎり 牛乳
12 振替休日	13	14	15	16
1月10日のお正月献立は、うさぎ・ぱんだ・きりん組は重箱に盛り付けをしました。 	煮昆布 パスチャライズ牛乳 ごはん 魚の煮付け 小松菜と切干大根の和え物 里芋のみそがらめ 卵のすまし汁 レタスチャーハン パスチャライズ牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 親子丼 ごぼうサラダ 彩り和え きのこ汁 りんご 五平餅 牛乳	いちごヨーグルト お茶 ごはん 魚のねぎソース 大豆の煮物 焼きブロッコリー わかめのみそ汁 ぼんかん 刻み昆布おにぎり 牛乳	9 弁当の日 煮豆 お茶 かぼちゃおやき 牛乳 かりかりいりこ お茶 ごはん きのこのマカロニグラタン ごまドレサラダ 焼きパプリカ チンゲン菜のスープ 米粉のさつま芋蒸しパン 牛乳
19	20	21	22 誕生会	23 天皇誕生日
りんご パスチャライズ牛乳 ごはん 鮭のコーンマヨ焼き ひじきのマリネ 大根の煮物 豆乳入りみそ汁 じゃこおにぎり パスチャライズ牛乳	チーズ お茶 ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ 小松菜のコーン和え ふかし芋 切干大根のみそ汁 しそおにぎり 牛乳	きな粉クッキー お茶 ハヤシライス グリーンサラダ 焼きれんこん フルーツヨーグルト お焼きごはん お茶	大豆とごまのせんべい 牛乳 炊き込みごはん(0~2歳児) ミートスパゲティー えびフライ カラフルサラダ 野菜スープ はるみオレンジ 米粉のココアパウンドケーキ 牛乳	3~5歳児は、「炊き込みごはん」と「ミートスパゲティー」のセレクトメニューです♪ 
26	27	28	29	
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 高野豆腐のから揚げ ほうれん草の磯香和え マカロニサラダ しじみのみそ汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん パスチャライズ牛乳	豆乳スープ お茶 ごはん 魚のごまみそ焼き 春雨の酢の物 里芋の煮物 豚汁/りんご ツナしょうがおにぎり 牛乳	ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん 長芋と鶏肉のごつごつ揚げ キャベツの煮物 ピクルス なめこ汁 黒豆おにぎり 牛乳	野菜クラッカー お茶 ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き ブロッコリーのごまマヨ和え 煮昆布 そうめん汁 きな粉団子 牛乳	2・3月の献立に、平田保育会4施設の年長児の希望献立を取り入れています。 赤字はきりん組希望献立です♪ 

節分(2月3日)とは

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気を払い、1年の無病息災を願います。また、年齢の数だけ豆を食べると「健康(まめ)になる」という意味もあります。

地方によっては、焼いたイワシやメザシの頭を玄関に飾ったり、これらの魚を食べたりし、匂いで鬼を追い払う風習があります。



<箸を使った遊びをしました>

先月の食育活動では、箸を正しく持てるようになるために、手作りおもちゃを使って遊びました。まず3本の指を使ってえんぴつ持ちでスプーンを持ち、次に箸を持って正しい持ち方を確認しました。そして、箸を使ってスポンジをつまみ、うさぎの口の中に入れていきましたよ。子どもたちは給食の時間に、「先生、持ち方はこう?」「これで合ってる?」と言って見せてくれています。これからも、楽しみながら正しい持ち方が身につくようにしていきたいと思ひます。

