



# 2がつのこんだてひょう



\* 青字は、新メニューです。 令和8年 中部保育所

月	火	水	木	金
2	3 豆まき会	4	5	6
麩の青のりスナック お茶	カレークラッカー お茶	高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	チーズ お茶	いちごヨーグルト お茶
ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き マカロニサラダ 白菜と春菊のおかか和え きのこ汁	ごはん いわしのかば焼き 納豆和え 大根の煮物 そうめん汁 ぼんかん	ごはん 焼肉 野菜炒め 焼き南瓜 しじみ汁	ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のお浸し 焼きさつま芋 五目汁 みかん	ごはん ぎせい豆腐 キャベツの和え物 揚げごぼう なめこ汁
カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳	おにまんじゅう 牛乳	きつねおにぎり 牛乳	のりおにぎり 牛乳	南瓜おやき 牛乳
9	10	11 建国記念の日	12	13
黒糖ビスケット お茶	煮豆 お茶	 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♪	野菜クラッカー お茶	豆乳スープ 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 炒り玄米おにぎり/かりかりいりこ 牛乳	ハヤシライス ちりめんサラダ 焼きれんこん フルーツヨーグルト 鶏そぼろおにぎり 牛乳	ごはん 魚のごまみそ焼き キャベツの煮物 ピクルス えのきのすまし汁/りんご ツナしょうがおにぎり 牛乳	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 春雨の酢の物 煮昆布 ほうれん草のみそ汁 ピザ風ライス 牛乳	ごはん 春巻き カリフラワーの甘酢和え 小松菜のおかか和え 厚揚げのみそ汁 みたらし団子 牛乳
16	17	18	19	20
麩のココアラスク お茶	きな粉マカロニ お茶	もちもちおから お茶	きな粉と人参のビスケット お茶	煮昆布 お茶
ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ 大豆の煮物 キャベツのみそ汁 じゃこおにぎり 牛乳	ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ごまドレサラダ ほうれん草の磯香和え 豚汁 五平餅 牛乳	ごはん 魚のごまみそ焼き キャベツの煮物 ピクルス えのきのすまし汁/りんご ツナしょうがおにぎり 牛乳	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き れんこんの梅マヨ和え 煮豆 豆腐のみそ汁 刻み昆布おにぎり 牛乳	ごはん 魚の塩こうじ焼き バンバンジーサラダ 里芋の煮物 豆乳入りみそ汁/いよかん 小松菜と豚肉のまぜごはん 牛乳
23 天皇誕生日	24	25 弁当の日	26	27 誕生会
	ごまブリッツ お茶 ごはん 鶏肉のから揚げ 小松菜と切干大根のごま酢和え きのこのしょうゆ焼き わかめのみそ汁 梅かつおおにぎり 牛乳	高野豆腐のフレンチトースト風 お茶  おにぎりパーティー 牛乳	粉ふき芋 お茶 ごはん マカロニグラタン おからサラダ 焼きパプリカ チンゲン菜のスープ ココアゼリー お茶	麩の黒糖がらめ お茶 ガバオライス風(0~2歳児) ドライカレー フレンチサラダ ベイクドポテト ぼんかん しっとりパウンドケーキ 牛乳 3~5歳児 は、ガバオ ライス風ド ライカレー のセレクト メニュー です♪



## 1月の食育活動「魚をたべよう」



1月20日(火)「よふきや」さんにお越しいただき、きりん組とぱんだ組に、魚をさばく様子を見せてもらいました。前日は、「おすしやさんにいらっしやい 生き物が食べ物になるまで」の絵本を読み、「自分たちは生き物の命をいただいているから、毎日感謝して食べようね」という話をしました。当日は十六島で獲れた大きなぶりを2匹持って来てもらい、みんな「すごーい!大きいね!」と驚いていました。

子どもたちは、「どうして生き物なのに食べないといけないの?」「魚は頭の横になんで穴があるの?」などの質問があり、興味津々の様子でした。さばいているところを見て、「血がいっぱい出る」「痛そう」なども話していましたよ。ぶりは刺身とあら汁でお弁当と一緒にいただきました。



ちょっと怖い~

わ~! 大きい



美味しいね♪



## 今月の目標 ☆残さず食べよう ☆感謝して食べよう(3~5歳児)

2月は1年の中で一番寒い時期と言われています。体調管理に気をつけ、しっかり食べて元気に過ごせるようにしましょう。

今月の目標は、『残さず食べよう』『感謝して食べよう』です。4月から子どもたちは、野菜の皮むきやクッキングなどを通し、食べ物に興味を持ち、苦手なものでも食べてみようとする姿が見られるようになりました。楽しい雰囲気の中で食事をしながら、残さず食べることができた時の喜びを感じられるようにしたいと思います。

また先月は、『魚を食べよう』の食育活動を通して、生き物の命や自然の恵みをいただいていることを子どもたちに伝えました。今月も引き続き、絵本やポスターなどを通して感謝の気持ちが持てるようにしていきたいと思ひます。



子どもたちと給食を食べていると、「これはどうやって作ったの?」「魚は誰が獲ってきたの?」などという声がよく聞かれます。そこで、給食室の中を紹介するポスターを作成し、玄関に掲示しています。お迎えの際に親子で一緒に見てみてくださいね。

