



2がつのこんだてひょう



★は年長児希望献立です。

平成30年 平田保育所



今月の目標

食べ物の働きを知ろう
楽しく食べよう

寒さが一段と増す時期となりました。体調管理に気をつけて元気に乗り切りましょう。

今月の目標は、「食べ物の働きを知ろう」「楽しく食べよう」です。給食の時間にはそう組の放送当番さんが、給食の食材を3つの色に分けて、毎日みんなに伝えています。また、給食やおやつの時間に子どもたちと一緒に食事をすると、「これは何色の食べ物だ?」「どうやって作った?」と興味津々で聞いてくれます。これからも、子どもたちの食への興味を大切に、友だちや職員と楽しく食事をしながら、食べ物の働きについて知らせていきたいと思っています。

月	火	水	木	金
5	6	7	1	2 節分献立
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳	かりかりいりこ 牛乳	さつま芋のオレンジ煮 牛乳	(午前のおやつ1、2歳児) 煮豆・お茶	煮昆布・牛乳
ごはん 豚肉のしょうが焼き 春雨とかにの酢の物 豆腐のすまし汁	ごはん 揚げレバーのカレーソース和え ★おからサラダ なめこ汁 ぼんかん	ごはん キッズマーボー ごぼうサラダ わかめスープ	ごはん 魚の変わり焼き あらめの炒め煮 大根のすまし汁	鬼さんライス 鶏肉のさっぱり焼き ブロッコリーの ごまマヨ和え いわしの梅つまれ汁
ツナしょうがおにぎり パスチャライズ牛乳	長芋の和風ドリア お茶	じゃこと春菊のみそチャーハン お茶	牛しぐれおにぎり 牛乳	りんかけ大豆 牛乳
12 振替休日	13	14	8	9 弁当の日
	煮昆布 牛乳	煮豆 パスチャライズ牛乳	りんご 牛乳	豆乳スープ お茶
	ごはん ぶりの照り焼き ほうれん草と えのきのお浸し 具だくさん汁 黒豆おにぎり お茶	ごはん 筑前煮 白和え 白菜のみそ汁 いよかん 抹茶クッキー パスチャライズ牛乳	ごはん 魚のケチャップ和え キャベツの煮物 呉汁	
19	20	21 誕生会	15	16
麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳	チーズ お茶	きな粉豆 牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	蒸しかぼちゃ 牛乳
ごはん 鶏肉の和風ピカタ ひじきのマリネ きのこのすまし汁 ぼんかん	ごはん 魚のかば焼き 白菜の昆布和え 厚揚げのみそ汁	★ドライカレー 花野菜のサラダ (フレンチドレッシング シーザードレッシング) フルーツヨーグルト チーズケーキ お茶	麦入りごはん カレーの干物 納豆サラダ 春菊のすまし汁 はるみオレンジ のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳	五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 小松菜のコーン和え
切干大根おにぎり パスチャライズ牛乳	中華おこわ 牛乳		大根のおかか和え 牛乳	ごまチャーハン 牛乳
26 命を大切にいただく食育活動	27	28	22	23
ふかし芋 お茶	抹茶クッキー お茶	きな粉マカロニ 牛乳	金時豆入りごはん 魚の塩こうじ焼き 切干大根とひじきの煮物 あさりのみそ汁 はるみオレンジ フライドポテト 牛乳	ぱりぱりせんべい 牛乳
ごはん 高野豆腐の揚げ煮 小松菜と切干大根の ごま酢和え あら汁 刺身(1～5歳児) 野菜塩焼きそば パスチャライズ牛乳	ビビンバ丼 青のり入りポテトサラダ ★しじみのすまし汁 いよかん 炒り玄米おにぎり・煮昆布 牛乳	ごはん 魚のマヨネーズ焼き れんこんきんぴら 里芋のみそ汁 さつま芋蒸しパン 牛乳		ごはん ★ぎょうざ ★カリフラワーの中華和え 卵スープ 雑炊 お茶

食育かるたをしました!!

1月にそう組さんと一緒に「食育かるた」をして遊びました。かるたが始まると子どもたちはシーンと静かになり、耳を澄まして読み手の声を聞き、「はい!」と元気よく体ごと飛び込んでかるたを取っていました。子どもたちの目は真剣そのもので、調理担当者も負けじと一緒に楽しめました。子どもたちからは「ハラハラドキドキした!」「豆腐や納豆は赤の食べ物の仲間なんだね」「またやりたい!」という声が聞かれ、遊びながら食べ物の名前や働きを知ることができました。これからも子どもたちに食べ物について伝えていきたいと思っています。また一緒に遊ぼうね!



節分

立春の前日(2月3日ごろ)は節分です。「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はらい清めます。季節の変わり目は天候が不安定なために、病気にかかりやすいことから、その悪い鬼(病気)を追い払い1年の健康を願います。毎年、保育所では子どもたちが元気よく豆をまいてくれます。

保育所では2日が節分献立で、そう・ばんだ・こあら組の子どもたちはそれぞれのお皿に「鬼さんライス」を作ります。また、午後のおやつは平田の郷土料理でもある「りんかけ大豆」を食べます。



～お知らせ～

「命を大切にいただく食育活動」

26日(月)は、「よふきや」さんに来ていただき、食育活動の一環として、子どもたちの目の前で魚をさばいてもらいます。さばいた魚は、給食で刺身とあら汁にさせていただきます。

