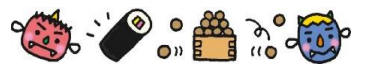




2がつのこんだてひょう



平成31年 平田保育所

今月の目標
楽しく食べよう

※青字は新作メニューです！
※★印は年長児希望メニューです！

例年に比べ、今年は暖かい日が続いていますが、インフルエンザも流行していますので体調管理に気をつけて元気に過ごしましょう。

今月の目標は、「楽しく食べよう」です。今年度も残り2カ月となりました。子どもたちと食事をする、「何が入ってる?」「どうやって作った?」と聞いてくれます。これからも、子どもたちの食への興味を大切に、マナーや正しい姿勢、感謝の気持ちをもつことなど、今まで伝えてきたことを子どもたちと一緒に確認しながら、楽しい食事の時間を過ごしていきたいと思ひます。

～お知らせ～
「命を大切にいただく食育活動」

27日(水)は、「いくま」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。

金	
1	節分会 (午前おやつ1.2歳児) 煮昆布・牛乳
	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
	いわしの梅つみれ汁 りんかけ大豆 牛乳

月	火	水	木	金
4 ふかし芋 パスチャライズ牛乳 ごはん ★鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 きのこのみそ汁	5 チーズ お茶 ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のお浸し 五目汁 ぼんかん	6 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん ポークビーンズ キャベツの和え物 わかめスープ	7 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 白菜の昆布和え いよかん	8 大根のおかか和え 牛乳 ごはん 魚のかば焼き 小松菜のコーン和え 里芋のみそ汁
じゃこと春菊のチャーハン パスチャライズ牛乳	さつま芋蒸しパン 牛乳	ツナしょうがおにぎり 牛乳	中華おこわ 牛乳	かぼちゃおやき 牛乳
11 振替休日	12 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 高野豆腐の唐揚げ 小松菜と切干大根 のごま酢和え 鶏ごぼう汁	13 粉ふき芋 お茶 ごはん れんこんのしんじょう ★納豆和え 生揚げのみそ汁	14 煮昆布 牛乳 麦入りごはん カレイの干物 キャベツの煮物 呉汁 りんご	15 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん ★ぎょうざ カリフラワーの 中華和え チンゲン菜のスープ 大学芋 牛乳
18 りんご・お茶 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ なめこ汁	19 弁当の日 豆乳スープ・お茶	20 誕生会 きな粉豆・牛乳 ★ドライカレー カラフルサラダ フルーツヨーグルト	21 人参プリッツ・牛乳 ごはん 豆腐ナゲット ごぼうサラダ さつま芋のみそ汁	22 みたらし団子・お茶 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 小松菜と豚肉のふりかけおにぎり 牛乳
のりおにぎり・かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	どら焼き お茶	チーズケーキ お茶	雑炊 お茶	
25 ココアクッキー・お茶 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え おからサラダ 春菊と卵のすまし汁 ポン・デ・黒ごま パスチャライズ牛乳	26 蒸しかぼちゃ・牛乳 ごはん 魚のムニエル りっちゃんサラダ そうめん汁 長芋の和風ドリア 牛乳	27 命をいただく 食育活動 かりかりいりこ・お茶 ごはん 牛肉とブロッコリー のオイマヨ炒め 春雨の酢の物 あら汁 / 刺身 鮭ときのこの炊き込みごはん 牛乳	28 煮豆・牛乳 ビビンバ丼 ポテトサラダ しじみのすまし汁 黒豆おにぎり お茶	



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」という意味の節分の日には、豆まきをして邪気をはらい清めます。そして、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氣よく豆をまいてくれます。

保育所では1日が節分献立で、そう・ぱんだ・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。



冬野菜の食材展示をしました!!

先月、冬野菜の大根とかぶの食材展示をしました。そして、白かぶ、赤かぶ、津田かぶの3種類のかぶを子どもたちに見てもらいました。かぶの名前を聞いてみると、白かぶと赤かぶはすぐに正解が出ましたが、津田かぶにはあまりなじみがないようで、「これは紫色だから、紫かぶ?」「形が長いから長かぶ?」と、いろいろな答えが出てきました。また、かぶの葉には根の10倍の栄養があることを伝えると、「えー! そうなんだ!」「全部食べられるんだね」と驚く子どもたち。食材の名前だけでなく、栄養のことも知りました。

そして、根が分かれて手足が生えているように見える大根に「モンロー大根」と名付け、展示食ケースの横に展示をしました。「人みたいだ!」「髪の毛もあるよ」と子どもたちは興味津々で見っていました。存在感抜群で、子どもだけでなく保護者の方にも大人気でした。



私の名前はモンロー大根よ♡



この野菜の名前な〜んだ?

