

2月 給食だより

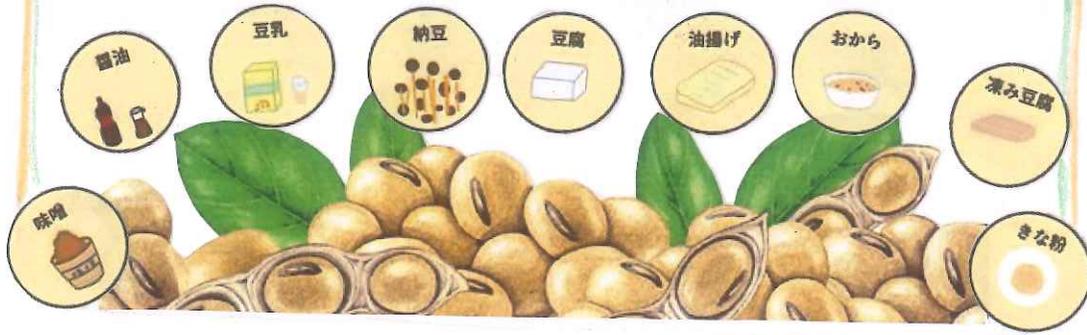


新年を迎えて1か月があつという間に過ぎました。
 層の上では春が近づいてますが、まだまだ寒くなりそうです。
 園内は子どもたちの元気な声と笑い声に溢れていて
 不思議と寒さを忘れてしまいます。
 今年度も残すところ2か月を切りました。子どもたちとの
 1日1日を大切に過ごしていきたいです。



大豆について

大豆は日本の食卓で古くから親しまれ、豆腐や納豆、
 味噌、醤油など、さまざまな形で食べられています。
 良質なたんぱく質を豊富に含む大豆は「畑の肉」と呼ばれています。
 大豆のたんぱく質は肉や卵に負けない良質なたんぱく質で、
 消化吸収率は、納豆で91%、豆腐で95%と、とても効率の良い
 食品といえます。大豆はさまざまな食品や調味料に加工して
 食べられています。外食先やスーパーで見かけたら、ぜひ選んでみて下さい。



節分(恵ち巻きについて)

今年は南南東です。
 節分に「恵ちを向いて太巻きを食べる」という風習は、主に
 関西地方で行われて、数年前から全国に広がっています。
 七福神にちなんで7種類の具材を入れることで
 「福を巻き込む」という願いが込められています。
 食べる時は
 ・太巻きを切らずに恵ちを向いて喋らず一気に食べる
 ・願い事を思い描きながら ※子どもは食べやすいサイズにし
 海苔は細かく切りと歯み切り
 やすくなります

おしらせ

- ・お誕生日会 2/25
- 【献立】・ローレパン
 ・ハンバーグ
 ・茹でブロッコリー、ふかひき、トウモロコシ
 ・コーンスープ
- 【おやつ】・かぼちゃパイ、麦茶
- ・にじ組、そら組 お弁当給食 2/12、2/24
 お弁当給食当日はお弁当箱をご持参下さい。

2月の食育

- 【ゆめ組】乾物を舐めてみよう 2/26
- 【にじ組】乾物展覧会 2/24
- 【そら組】乾物展覧会 2/25
- ・バレンタインクッキーを作ろう 2/13

