



給食だより

2月号

担当 集 ひかり

今月の食育目標

- サイホージ・・・決められた時間内に食べ終わられるようになる。
- トーキョー・・・進級に向けて自分でできることをしっかり行い食事を楽しむ。
- ニューヨーク・・・自分の食べられる量を把握して伝える。
- ロンドン・・・食前、食後の挨拶をきちんとし姿勢をよくして食べる。
- パリ・・・スプーンを使う手やお皿を添えるなどマナーがあることを知らせていく。

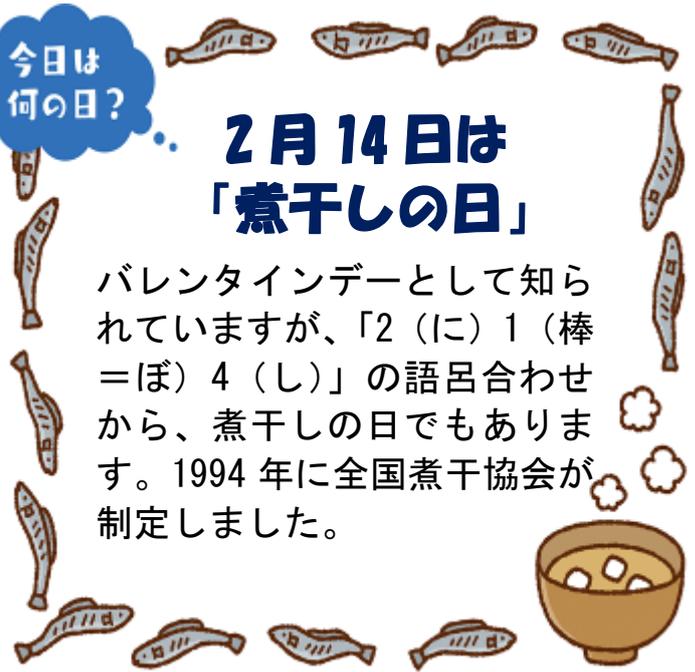
みんなでじゃがいも掘り(〇〇) /
 大きなじゃがいもがゴロゴロと出てきて子どもたちは大喜びでした☆収穫体験をすることで、自然を感じたり、収穫をしながらお友達と協力し合うことや食べ物への興味や関心がうまれます♪



今日は
何の日？

2月14日は 「煮干しの日」

バレンタインデーとして知られていますが、「2(に)1(棒=ぼ)4(し)」の語呂合わせから、煮干しの日でもあります。1994年に全国煮干協会が制定しました。



親子で学ぶ食の基本

いろいろな だしを知ろう

昆布やかつお節などを水や湯につけてうま味を引き出したものがだしで、和食の基本になります。どんなだしがあり、それぞれがどんな料理に適しているかを見てみましょう。



かつお節
お吸いもの、みそ汁、煮もの、茶碗蒸し、鍋つゆ



干しいたけ
めんつゆ、炊き込みごはん



昆布
煮もの、鍋もの



焼きあご
鍋つゆ、めんつゆ、煮もの



煮干し
みそ汁、うどんだし



野菜くず
野菜スープ、煮もの

2月の給食献立予定表

- The News Restaurant Milanese PSYHOUII -

中央保育園 西方寺 認定こども園 [ミラナーゼ]



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
3日 節分 12日 振替休日 16日 お誕生会 17日 マラソン大会 19日 保育参観 20日 保育参観	朝のおやつ		牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ウエハース
	給食	主食	七分つきご飯	手巻き寿司	炊き込みご飯
		汁物	ジャーマンポテト	コロコロポテト	みそ汁
		主菜	ブロッコリー和え	いわしのつみれ汁	
	副菜	みそ汁			
3時のおやつ		牛乳 りんご・せんべい	牛乳 恵方ロール	牛乳 パン	
5	6	7	8	9	10
牛乳 クラッカー	牛乳 サブレ	牛乳 小魚チップ	牛乳 丸ぼうろ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	わかめうどん
かぼちゃシチュー	魚の照り焼き	レバーのBBQソース	豚汁	鶏じゃが	バナナ
大根サラダ	ひじきサラダ	キャベツサラダ	ポテトサラダ	春雨の中華和え	
手作りふりかけ	すまし汁	みそ汁	ちりめん佃煮	みそ汁	
牛乳 黒棒・チーズ	牛乳 フライドポテト	牛乳 りんごケーキ	牛乳 ジャムサンド	お茶 ヨーグルト・クラッカー	果汁 やきりんご
12	13	14	15	16	17(マラソン大会)
	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 バナナ	牛乳 クラッカー
	そばろ丼	七分つきご飯	親子丼	お誕生会	牛乳
振替休日	ごぼうサラダ	オランダ揚げ	栄養きんぴら		パン
	すまし汁	野菜のおかか和え	りんご		
		みそ汁		お楽しみに♪	
	牛乳 ふかし芋	牛乳 ブラウニー	牛乳 小倉蒸しパン	牛乳 ケーキ	果汁 サッポロポテト
19	20	21	22	23	24
牛乳 野菜ステック	牛乳 牛乳バー	牛乳 えびチップ	牛乳 ビスケット		牛乳 ウエハース
あんかけご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯		チキンライス
春雨サラダ	お豆腐ナゲット	鮭のマヨコーン焼き	鶏の竜田揚げ	天皇誕生日	野菜スープ
みそ汁	切干ナポリタン	中華和え	野菜のごま和え		
	みそ汁	かきたま汁	みそ汁		
お茶 ヨーグルト・ビスケット	牛乳 フレンチトースト	牛乳 バナナ・せんべい	牛乳 ちんすこう		牛乳 ドーナツ
26	27	28	29		
牛乳 野菜クラッカー	牛乳 小魚チップ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい		
七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯		
肉じゃが	厚焼き玉子	ハヤシライス	炒り鶏		
酢の物	きんぴらごぼう	コールスローサラダ	納豆和え		
みそ汁	みそ汁	福神漬け	みそ汁		
牛乳 ビスケット・チーズ	牛乳 マヨシュガートースト	牛乳 丸ぼうろ	牛乳 バナナケーキ		

- ※ 朝おやつは、パリ・ロンドンクラスのみです。
- ※ 離乳食はお子様の進み具合に合わせて調理します。
- ※ お箸・スプーンを持たせてください。