

令和 3年 2月

給食だより (以上児)

たちばな乳幼児保育園

新年を迎え、早くも一ヶ月が過ぎ、暦の上では春を迎えます。
2月2日は節分の日です。
節分は、「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味をこめて、悪いものを追い出す日。
節分には、悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために豆まきをします。
ずっと昔に、鬼を豆で退治したところから由来しているそうです。

食育目標

食事のマナーを確認しよう

食事のマナーは特別な日だけのものではなく、毎日の生活でとても大切なものです。
残念ながら食事のマナーは自然と身につくものではありません。
お子さんが大人になった時に恥をかいたり、困らないためにも食事のマナーがきちんとできているか確認してみてくださいね。

姿勢

食事は背筋をまっすぐ伸ばした姿勢でするようにしましょう。
きちんとした姿勢で食事をすると、見た目がいいだけでなく、食べ物の消化も良くなります◎

食べ方

- ★食べ物を入れたら口を閉じてよく噛んで食べましょう。よく噛むことで口の中においしさも広がります。
- ★ごはんとおかずを順番に食べましょう
- ★食器は持って食べましょう
- ★ひじをついて食べてはいけません

正しいはしの持ち方を練習しよう



子供にマナーを教えるコツは「待つこと」
「ダメ」「早く」「急いで」を言わずに、
「だいじょうぶ、ゆっくりでいいよ」と応援してあげて下さいね。
そしてなにより楽しい雰囲気ですることが大切です♡

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
行事予定		豆まき会			体育教室	
献立	しそごはん 味噌汁 南瓜コロケ 春雨サラダ	ひじきごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き ブロッコリー和え	ごはん 豆腐のかにあんかけ 味噌野菜炒め りんご	バターロール ホワイトシチュー ドレッシングサラダ	ごはん 卵汁 赤魚の煮付け 大根の炒め煮 バナナ	サンドパン 牛乳
午後間食	牛乳、チーズで鉄分 野菜かりんと、米菓	牛乳 さつま芋と小魚の揚げからめ	牛乳 米菓、クッキー	牛乳 米菓、クラッカー	牛乳 米菓、クッキー	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
行事予定	音楽あそび				布団持ち帰り	
献立	ごはん 中華スープ 納豆春巻き マカロニソテー	わかめごはん 味噌汁 鶏肉の柳川風煮 おひたし オレンジ	手作り弁当	建国記念の日	ごはん 清し汁 エビフライ 伴三絲	レーズンパン 牛乳
午後間食	牛乳 米菓、クッキー	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 米菓、クッキー		牛乳、おしゃぶり昆布 米菓、クッキー	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
行事予定		避難訓練			体育教室 食育の日	
献立	シーフードカレー コールスローサラダ	ごはん 清し汁 鮭フライ 栄養金平	ごはん 肉団子入りスープ じゃが芋のナムル	しそごはん ふわふわ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの和え物 バナナ	ごはん 味噌汁 おでん煮 卵まき	バターロール 牛乳
午後間食	牛乳 国産りんごゼリー	牛乳、米菓、野菜かりんと 鉄カルシウムウエハース	牛乳 ひじきとえびのせんべい	牛乳 揚げたこやき	牛乳、オレンジ 米菓、ビスケット	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
行事予定	音楽あそび 身体測定		身体測定		布団持ち帰り	
献立	ごはん 味噌汁 野菜コロケ 五色和え	天皇誕生日	ごはん わかめスープ 酢豚 チンゲン菜の和え物	しそごはん 味噌汁 揚げシューマイ うち豆と牛肉の煮物	レーズンパン 青菜のスープ ポテトオムレツ ゆでブロッコリー	サンドパン 牛乳
午後間食	牛乳 きな粉ホットケーキ		牛乳 米菓、クラッカー	牛乳、オレンジ 米菓、クッキー	牛乳 お米de国産豆乳プリンタルト	