

2月のこんだて



【給食目標】

食事のマナーを身につけましょう

吉井北保育園

令和3年2月1日

日	曜	こんだてめい	おやつ		
			9時(未満児)	3時(共通)	
1	月	ごはん 鶏天 中華風酢の物 高野豆腐の含め煮 五目汁 みかん	ミルクもち	牛乳	じゃが煮
2	火	ごはん 餃子 ほうれん草のおひたし 厚揚げのそぼろ煮 えのきのすまし汁 パイナップル	ホットケーキ	牛乳	恵方巻 🍣
3	水	ゆかりごはん 魚のゴマ揚げ アスパラの和え物 豚肉とこんにゃくの炒め そうめんのみそ汁 りんご	さつま芋煮	牛乳	豆乳プリン
4	木	ごはん 生姜焼き 千切りキャベツ 揚げ出し豆腐 オニオンスープ オレンジ	りんご煮	牛乳	チーズ 芋かりんどう
5	金	ごはん ミートボール 野菜サラダ こぶき芋 わかめのみそ汁 バナナ	チーズトースト	牛乳	昆布のおにぎり
6	土	ごはん ハヤシライス りんごサラダ 野菜スープ	人参卵焼き	牛乳	レーズン蒸しパン
8	月	ごはん メンチカツ きゅうりとちくわの和え物 大根の煮物 ほうれん草のすまし汁 オレンジ	南瓜煮	牛乳	あんこ巻き
9	火	パン スープスパゲッティ ビーンズサラダ チンゲン菜のスープ パイナップル	厚揚げの甘みそだれ	牛乳	いなり寿司
10	水	混ぜごはん 魚の塩焼き ポテトサラダ 卵焼き 豚汁 りんご	石垣団子	牛乳	はんぺんのはさみ揚げ
12	金	ごはん きつねうどん みそ肉じゃが ほうれん草の山吹和え バナナ	豆腐煮	牛乳	芋あんまんじゅう
13	土	ごはん ビーフン炒め ブロッコリーの卵とじ カレー汁	蒸し芋	牛乳	きな粉団子
15	月	ごはん 豚丼 春雨の酢の物 白菜のみそ汁 オレンジ	きなこトースト	牛乳	チヂミ
16	火	ごはん 皿うどん 昆布煮 春雨スープ キウイ	こぶき芋	牛乳	チョコタフィ 非常用パン
17	水	ゴマごはん すり身揚げ 豚肉ともやしの炒め きゅうりの昆布和え けんちん汁 みかん	マカロニあべかわ	牛乳	くるくるクレープ
18	木	誕生会 おにぎり 煮込みハンバーグ スパゲティ炒め トマト わかめスープ りんご	ロールパン	ヤクルト	ハッピーあんこパイ
19	金	ごはん エビ寄せフライ もやしのナムル 白菜と豚に重ね蒸し 卵スープ バナナ	みたらし団子	牛乳	お好み焼き
20	土	ごはん 親子丼 小松菜の和え物 麩のすまし汁	りんご	牛乳	ミルクもち
22	月	ごはん ハムエッグ ウインナー 野菜ソテー ひじきの炒り煮 豆腐のみそ汁 オレンジ	蒸しパン	牛乳	ぜんざい たくあん
24	水	ごはん 魚の竜田揚げ 春雨サラダ 里芋のそぼろ煮 すまし汁 パイナップル	ラスク	牛乳	厚揚げ煮
25	木	ごはん すき焼き ブロッコリーのマヨ焼き じゃが芋のみそ汁 りんご	バナナ	牛乳	ポテトコロッケ
26	金	ごはん 梅ささみフライ 彩り和え 切り干し大根煮 小松菜のすまし汁 バナナ	厚揚げ煮	牛乳	コーンパン
27	土	ごはん 豚肉と野菜の炒め さつま芋煮 かきたま汁	そうめん汁	牛乳	焼きおにぎり



福を呼ぶ 豆まき



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。

はじめての箸選び

色や柄など、さまざまな種類がある箸。ポイントを踏まえながら、子どもといっしょに選んでも楽しいです。お気に入りが見つかったら、大人がお手本となって使い方を示しましょう。



- ① 素材…木製か竹製
- ② 形…四角か六角で滑りどめのついているもの
- ③ 長さ…子どもの手を広げて、手首～中指の先の長さ + 3cm

