

2月 こんだて

令和8年 2月 1日

吉井北保育園

給食目標



食事のマナーを身につけましょう。

日	曜	こんだてめい		お や つ		
				9時(未満児)	3時(共通)	
1	日					
2	月	ご飯	鶏肉と野菜のトマト煮込み ひじきの煮物 大根スープ 果物	磯辺卵焼き	牛乳	納豆おやき
3	火	節分	おにぎり オニ鬼ミートボール 野菜サラダ 魚のすまし汁 みかんゼリー	きな粉豆腐	牛乳	恵方巻
4	水	ご飯	ヤムニョムチキン うの花 春雨スープ 果物	南瓜煮	牛乳	マーマレードパン
5	木	ご飯	魚のゴマフライ 昆布煮 ポタージュスープ 果物	さつま芋煮	牛乳	和風ガレット
6	金	縄跳び大会	親子丼 小松菜の和え物 えのきのみそ汁 果物	マカロニあべかわ	牛乳	芋まんじゅう
7	土	パン	ツナとほうれん草のスパゲティ オレンジサラダ 角切りスープ	バナナ	麦茶	焼きおにぎり
8	日					
9	月	ご飯	ハヤシライス フレンチサラダ わかめスープ 果物	こふき芋	牛乳	あんこパンケーキ
10	火	ゴマご飯	メンチカツ 和風サラダ 豆乳味噌スープ 果物	焼きバナナ	牛乳	雑炊
11	水	建国記念日				
12	木	誕生会	ハンバーグカレー フライドポテト マカロニスープ 果物ゼリー	南瓜のグラッセ	ヤクルト	豆乳クリームケーキ
13	金	ゆかりご飯	ちゃんぽん ミックスごまめ 果物	豆腐煮	牛乳	ぜんざい
14	土	パン	ビーフン 南瓜の煮物 大根のみそ汁	きな粉高野	麦茶	オレンジ蒸しパン
15	日					
16	月	ご飯	魚のみそマヨ焼き レバーの甘辛煮 具だくさん汁 果物	マカロニスープ	牛乳	ココアクリームパン
17	火	わかめご飯	あんかけうどん さつま芋きな粉 白菜の和え物 果物	人参煮	牛乳	顔クッキー(クッキング)
18	水	混ぜご飯	鶏の竜田揚げ 根菜サラダ 豆腐のみそ汁 果物	卵焼き	牛乳	ごま団子
19	木	ご飯	すり身揚げ 白菜のおかか和え 豚汁 果物	ドライポテト	牛乳	レーズンパン
20	金	ご飯	魚の香味焼き ほうれん草の納豆和え 団子汁 果物	人参グラッセ	牛乳	チーズリゾット
21	土	パン	クリームスパゲティ グリーンサラダ チンゲン菜スープ	ココアマカロニ	麦茶	石垣団子
22	日					
23	月	天皇誕生日				
24	火	ご飯	魚の酢豚風 和え物 中華スープ 果物	厚揚げ煮	牛乳	ゴマあんぱん
25	水	ご飯	ミートドリア 彩りサラダ オニオンスープ 果物	蒸し芋	牛乳	ライスコロッケ
26	木	ご飯	魚の揚げ煮 豚大根 豆腐のみそ汁 果物	南瓜のあべかわ	牛乳	ラスク
27	金	ご飯	スペイン風オムレツ りんごサラダ ポークビーンズスープ	高野豆腐煮	牛乳	菓子
28	土	ご飯	唐揚げ 酢の物 野菜スープ 果物ゼリー	果物	麦茶	きな粉蒸しパン

★お別れ食事会メニュー (おにぎり、一口いなり、唐揚げ、エビフライ、酢の物、フライドポテト、野菜スープ、果物ゼリー)

親子で確認 箸の持ち方

箸への移行は、子どもの様子を見ながら、家庭と園で連携して進めていきましょう。

① 親指、人差し指、中指を突き出し、図のような形にする。

② 鉛筆を持つように、3本の指で箸を持つ。

③ 先を持ち上げて、横向きになるようにする。

④ もう1本の箸を、親指の付け根と、薬指の上に載せる。

⑤ 真ん中より、少し上を持つ。箸と箸の間に、中指を少し入れる。箸の間に中指の先を入れて持つ。下の箸は動かさず、上の箸だけ動かす。

保育園では進級にむけて、お箸やスプーンの持ち方、食事のマナーの声掛けをしています。先生こう？と確認したり、先生見てみて～と正しい姿勢や箸の持ち方を見せてくれます。おうちでも話題にしてみてくださいね。