

# 2がつのこんだてひょう

平成30年 みなみ保育所

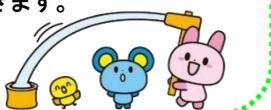


今月の目標

## 何でもおいしく食べよう

今年度も残り2か月となりました。子どもたちは畑での野菜作りや野菜の皮むきなどのお手伝いを通して色々な食材が食べられるようになりました。野菜の名前を覚えたり、実物に触れたりすることで、食べてみようという気持ちが育ち、体の成長とともに食べる量も増えてきました。

今月も給食のお手伝いや3色食品群の食材カードを通して、食べ物に興味を持てるようにしていきます。また友だちや保育士と一緒に楽しく給食を食べ、何でもおいしく感じられるような雰囲気作りを心がけたいと思います。

月		火	水	木	金
5		6	7	8	9
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き 春雨とかにの酢の物 豆腐のすまし汁 ツナしょうがおにぎり パスチャライズ牛乳		ふれあいデー・もちつき会 かりかりいりこ 牛乳 きなこもち ぶりの照り焼き ほうれん草と えのきのお浸し 具だくさん汁 / ぼんかん 炒り玄米おにぎり 煮昆布・お茶	お部屋でクッキング(3歳児) さつま芋のオレンジ煮 牛乳 ごはん ★キッズマーボー ごぼうサラダ わかめスープ じゃこと春菊のみそチャーハン お茶	りんご 牛乳 ごはん 魚のケチャップ和え 切干大根とひじきの煮物 呉汁 野菜塩やきそば 牛乳	2 節分会 煮昆布・牛乳 鬼さんライス 鶏肉のさっぱり焼き ブロccoliの ごまマヨ和え いわしの梅つみれ汁 りんかけ大豆 牛乳 9 弁当の日 豆乳スープ お茶  16 誕生会 きな粉豆 牛乳 ドライカレー 花野菜のサラダ (フレンチドレッシング シーザードレッシング) フルーツヨーグルト ★チーズケーキ お茶
12		13	14	15	16
6日(火)に、ふれあい会員さんをお招きしてもちつき会を行います。3~5歳児が一緒にもちつきをし、つきたてのおもちをいただきます。 		煮昆布 牛乳 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え おからサラダ なめこ汁 長芋の和風ドリア お茶	14 クッキング(4、5歳児) 煮豆 パスチャライズ牛乳 ごはん 筑前煮 白和え 白菜のみそ汁 いよかん ★抹茶クッキー パスチャライズ牛乳	15 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 麦入りごはん カレイの干物 納豆サラダ 春菊のすまし汁 はるみオレンジ のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳	22 クッキング(3、5歳児) ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん ★ぎょうざ カリフラワーの中華和え 卵スープ フライドポテト 牛乳
19		20	21	22	23
麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ ひじきのマリネ きのこのすまし汁 ぼんかん 切干大根おにぎり パスチャライズ牛乳		20 一日保育士 チーズ お茶 ごはん 魚のかば焼き 白菜の昆布和え 厚揚げのみそ汁 中華おこわ 牛乳	21 お部屋でクッキング(1歳児) 蒸しかぼちゃ 牛乳 ★五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 小松菜のコーン和え ごまチャーハン 牛乳	22 クッキング(3、5歳児) ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん ★ぎょうざ カリフラワーの中華和え 卵スープ フライドポテト 牛乳	23 大根のおかか和え 牛乳 金時豆入りごはん 魚の塩こうじ焼き キャベツの煮物 あさりのみそ汁 はるみオレンジ みたらし団子 牛乳
26		27	28	節分(2月3日)とは 季節が分かれるという意味で“立春”の前日のことを言います。(立春は冬が終わり、春が始まる日という意味です。)季節の変わり目は体調を崩しやすいので、邪気(鬼)を払うために炒った豆を投げ、いわしを食べるようになりました。 	
26 ふかし芋 お茶 ごはん 高野豆腐の揚げ煮 小松菜と切干大根の ごま酢和え はんぺん汁 黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳		27 抹茶クッキー お茶 ビビンバ丼 ★青のり入りポテトサラダ しじみのすまし汁 いよかん 雑炊 お茶	28 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん 魚のマヨネーズ焼き れんこんきんぴら 里芋のみそ汁 さつま芋蒸しパン 牛乳		

### 切り干し大根を作ったよ

先日、きりん組で切干大根を作りました。大根を包丁で切り、紐に通してテラスに干しました。強い風になびく大根を「風にゆれとる～」と部屋の中から心配そうに見ていた子どもたちでしたが、切干大根にはもってこの天候だったので、翌日には「小さくなって！」と大根の変化に驚いている様子でした。

2週間後、干した大根で煮物を作りました。煮始めてすぐに「いいにおい～」と部屋中に広がる切干大根の甘い香りを感じました。自分たちで作った切干大根の味は格別だったようで、残さず完食しました。



玄関におすすめレシピーコーナーを設置しました。(離乳食展示ケースの横です。)子どもたちに人気のメニューや時短メニューを紹介するので、ご自由にお取りください。

修了に向けて...  
 2・3月の献立に  
 ぞう組の希望献立を  
 取り入れています。  
 おたのしみに。  
 ★マークです。

### のり巻きを作ったよ

先日、ぞう組でのり巻きを作りました。のり巻きの具はきゅうり・炒り卵・ツナ・牛しぐれ煮の中から好きな物を選びました。まずくに、のり・ごはん・具をのせて巻きました。「巻くのがむずかしい」と言いながらも、上手に巻いていましたよ。「家でもやってみよう！」という声もあったので、節分に合わせてご家庭でも作ってみてはいかがでしょうか。

