

2月しょくじだより

五和保育園
平成31年 1.31発行



節分を過ぎるともう「春」といわれますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。子どもたちもだんだん大きくなってきて、お兄さん、お姉さんになってきましたね。



2月のイベント

2月1日 鬼ランチ・豆まき
2月15日 お菓子屋さん
* 今回のお菓子屋さんは
お玉でお菓子すくいです!



スプーンから箸へ、できるかな?

ステップ1 スプーン使いはじめ
上から握るわしずかみ
楽しい食事のはじまり



ステップ2 反った手首は次へのステップ
下から握り
手遊びや砂遊びでも
鍛えられる手首を反らす力



ステップ3
箸への移行にも大切な鉛筆持ち
箸や鉛筆の握り方にも発展する
鉛筆持ちができるかな



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



～新年お楽しみランチ～ 7日(月)



お赤飯
松風焼き
煮しめ
ほうれん草のすまし汁
あまなつフレッシュ

* 調理員お手製のめりえが好評でした。

煮豆蒸しパン



2月15(金) お楽しみ弁当
さくら以上児は空の
弁当箱を持参して下さい。





献立表

五和保育園

日	曜	午前おやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	金	せんべい	年長 大豆あられ	鬼ランチ	マドレーヌ
2	土	ミレーフライ	年中 野菜おひたし	土曜日保育	菓子
3	日				
4	月	ミレーフライ		米飯 カレーコロケ ひじきとツナのサラダ きのこスープ ミニゼリー	しっとりセサミクッキー
5	火	せんべい		米飯 さばの味噌煮 海藻と切り干し大根のサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	自家製りんごヨーグルト せんべい
6	水	クラッカー	年少 クッキー	米飯 ちくわの磯辺揚げ キャベツの酢の物 もやしのみそ汁 みかん	黒糖蒸しパン
7	木	ハイハイ		米飯 八宝菜 いんげんとハムのおかか和え アンパンマンポテト バナナ	ツナマヨトースト 牛乳
8	金	せんべい		ハヤシライス コロコロサラダ みかん	ケーキサレ
9	土				
10	日				
11	月				
12	火	ミレーフライ		みぞ焼き肉丼 いんげんとツナごま和え 島田汁 ミニゼリー	ミニアメリカンドック
13	水	せんべい		おにぎりの日	お楽しみおやつ
14	木	クラッカー		白いロールパン ポークビーンズ ウイニー ごぼうのサラダ みかん	自家製カルピスヨーグルト せんべい
15	金	ミレーフライ		お楽しみ弁当	おかしすくい ヤクルト
16	土	ハイハイ		土曜日保育	菓子
17	日				
18	月	ミレーフライ		米飯 厚揚げの肉詰め煮 きゅうりのひたひた たまねぎのみそ汁 みかん	シュガートースト
19	火	せんべい	たんぼぼ ライスせんべい	米飯 白身魚のフライ ほうれん草のごま和え 具だくさんみそ汁 バナナ	自家製コーンフレークヨーグルト せんべい
20	水	クラッカー	さくら くるくるクッキー	米飯 カニカマとねぎの卵焼き ひじきと大豆の炒り煮 わかめのみそ汁 オレンジ	コーンカップケーキ
21	木	ハイハイ		お楽しみランチ	もちもちチーズ 甘酒
22	金	せんべい		米飯 どんかつ かぼちゃサラダ わかめのみそ汁 チーズケーキ <さつきりクエストメニュー>	ももフルーチェ
23	土				
24	日				
25	月	ミレーフライ		米飯 煮込みハンバーグ フロッコリーの味噌マヨ和え コンソメスープ ミニゼリー	アップルサンド
26	火	せんべい		米飯 さわらの幽庵焼 筑前煮 麩のみそ汁 チーズ	自家製ももヨーグルト せんべい
27	水	クラッカー		米飯 黒はんぺんのフライ キャベツの磯あえ 切干大根のみそ汁 オレンジ	菓子 ミルクティ
28	木	ハイハイ		みぞラーメン 納豆サラダ フリン <ぼろ組りクエストメニュー>	ピザトースト

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	519	18.3	14.9	217	2	182	0.33	0.25	22	4.1	1.8
目標量	574	23.6	15.9	270	2.5	225	0.32	0.36	18	4	1.9
充足率(%)	90	78	94	80	80	81	103	69	122	103	95
3才未満児	444	14.6	12.4	189	1.7	121	0.25	0.19	18	3.3	1.7
目標量	463	19	12.9	225	2.3	200	0.25	0.3	18	3.3	1.7
充足率(%)	96	77	96	84	74	61	100	63	100	100	100

*都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。