

しょくじだより 2月



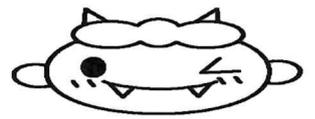
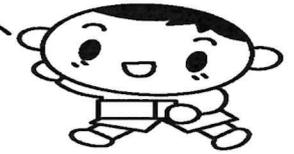
五和保育園
令和8年1月発行



節分で家族間のコミュニケーション

2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった鬼に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。

豆を自分の年の数だけ食べると、1年間無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってほしいものですね。



豆にもいろいろあります

ダイズには色別に黄色ダイズ、黒ダイズ、青ダイズがあります。

黄色ダイズ

主にみそ・納豆・豆腐などの加工品

黒ダイズ

黒豆です。おせち料理に使用

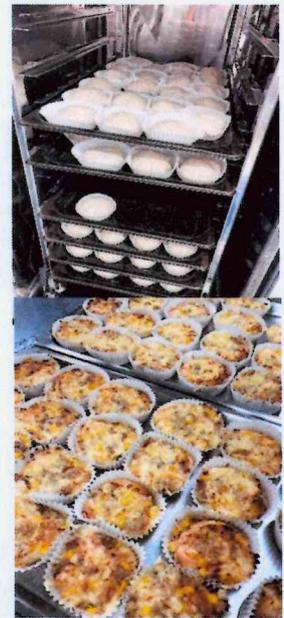
青ダイズ

きな粉や煮豆にされます

他にも小豆・そら豆・いんげん・金時豆などいろいろあります。

豆は畑のお肉と言われるくらい、たくさんの栄養が詰まっています。

21日 手づくりコーンマヨチーズパン



8日 新年お楽しみうどん屋さん・おやつくじ屋さん

ぞう…カレー

きつね…おあげ

たぬき…てんぷら





こんだてひょう



★印年長児リクエストメニュー

2月分

の日はめんの日です、幼児はフォークを持参してください

五和保育園

日	曜	午前おやつ	クッキング	献立名	午後のおやつ
02	月	ハイハイ		鬼ランチ	おにのまんじゅう 幼児牛乳
03	火	ビスコ		中華丼 かぼちゃサラダ 枝豆 オレンジ	ビスケット 野菜ジュース白ぶどう
04	水	せんべい	年少クッキング フルーチェ	ハヤシライス チキンナゲット ブロッコリーのマヨネーズあえ りんご	ももフルーチェ
05	木	ミレーフライ		米飯 きゃべつのメンチカツ ★いんげんとツナごま和え 切干大根のみそ汁 甘夏みかん缶	じゃこトースト 野菜ジュース白ぶどう
06	金	ハイハイ		油揚げとにんじんの混ぜご飯 鮭の塩焼き 大根の塩こんぶ和え 野菜のカレー汁 オレンジ	★お絵かきせんべい アシドミルク
09	月	ビスコ		ケチャップライス スパゲティのツナサラダ ソーセージのポトフ パナナ	ババロア
10	火	ミレーフライ	たんぼクッキング みかんをさわろう	米飯 豚肉のみそカツ ★塩昆布ポテトサラダ わかめスープ 菊花みかん	★キャラメル ポップコーン屋さん
12	木	クラッカー	すみれクッキング 大根を触ろう さくらクッキング ラップおにぎり	米飯 鶏肉のごま焼 大根の中華風スープ ★春雨のフルーツサラダ チーズ	のりごまクッキー ジョアマスクット
13	金	せんべい	年長クッキング 型抜きクッキー	きつねうどん スイートポテトサラダ ブロッコリー パナナ	カップケーキ 幼児牛乳
16	月	ミレーフライ		米飯 ★ハンバーグ キャベツとわかめの和え物 ★コーンスープ パナナ	★お菓子屋
17	火	ハイハイ	年中クッキング ホットドック	米飯★ 魚フライりんごソース 野菜のおかか煮 油揚げのみそ汁 もも缶	焼きいも
18	水	ハイハイ		おにぎりの日	★てづくりメロンパン屋さん
19	木	せんべい		★しょうゆラーメン 焼きぎょうざ ナムル ミニゼリー	★ケーキ屋
20	金	クラッカー		★カレーライス ★えびフライ 白雪サラダ いちご	米パフクッキー ぶどうジュース
24	火	せんべい		わかめごはん さんが焼き 大根のゆかり和え もやしのみそ汁 チーズ	★フライド ポテト屋さん
25	水	ハイハイ		お楽しみ弁当 さくらから空の弁当箱持参	2月お誕生ケーキ ソフル ウェハース
26	木	ハイハイ		★カレーうどん さつまいもスティック いんげんとハムのおかか和え パナナ	黒糖蒸しパン 牛乳
27	金	せんべい		ホットドック マカロニシチュー お稲荷さんサラダ 鉄ゼリー	★くじ屋さん

	I補給 kcal	たんぱく g	脂質 g	加糖量 mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	551	17.8	19.6	174	2.6	163	0.36	0.24	25	5.1	2.2
目標量	590	23.6	17.7	259	2.5	208	0.32	0.37	23	3.7	1.6
充足率(%)	93	75	111	67	104	78	113	65	109	138	138
3才未満児	535	16.1	17.5	183	2.4	137	0.31	0.23	21	4.5	2.1
目標量	498	19.9	14.9	228	2.3	199	0.27	0.3	21	3.4	1.5
充足率(%)	107	81	117	80	104	69	115	77	100	132	140

2月きゅうしょくイベント

2月いろいろ〇〇屋さん 年長さんのリクエストです

2日(月) 鬼ランチ

お皿の上に色々な食材で鬼の顔を作ります

★10日(火)

キャラメル ポップコーン屋さん

★6日(金)

お絵かきせんべい

★16日(月)

お菓子屋さん

18日(水)おにぎりの日

おにぎりのみ持参してください。

お子さんの食べられる量、食べやすい形の工夫をお願いします。

★18日(水)

手づくりメロンパン屋さん

★19日(木)

ケーキ屋さん

25日(水) お楽しみ弁当

保育園で作ったご飯やおかずを自分で詰めます。

さくら以上、空の弁当箱を持参してください。

★24日(火)

フライドポテト屋さん

★27日(金)

くじ屋さん



25日(水) 2月お誕生ケーキ (幼児)

お誕生日日に行います! 年1回のお楽しみです。