

給食だより

平成26年2月1日

会津報徳保育園

暦の上では、立春とはいっても、まだ、寒さの厳しい日が続きます。

この季節、風邪やインフルエンザが流行するので抵抗力を強くする為にも食事のバランスをとるように心がけましょう。

2月3日、保育園では「豆まき」の行事があります。

わざわざ悪を追い払い福や善を呼び込むという願いを込めて行う風習です。

この日の給食には、鬼さんがハンバーグになって登場します。

鬼さんの顔が何で出来ていたか？など、子ども達に聞いてみて下さい。

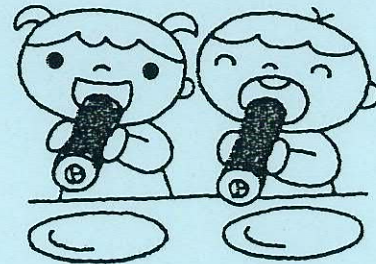
～ぞうグループでおはしを使い始めました。～

ぞうグループのお友達が給食でおはしを使い始めました。まだまだ慣れない子もありますが、もも組さんになれるように一生懸命ご飯を食べるのに必死です。

おはしをきちんと使えない日本人が増えていることから、子ども達にはまず、和食のマナーから身につけてもらいたいものですね。

つかみやすい大きさに食材を切るなど配慮しています。

うまいかず子どもがイライラすることもあります。ご家族でも子どもと一緒に、おはしの持ち方などを見守り少しでもできたらほめて下さい。



豆まきをしよう！

節分でまく豆(だいず)は、お腹をととも膨らませます。歳の数ほど食べるといいますが、食べすぎに注意しましょう。

豆のいろいろ…

だいず…色別に黄だいず、黒だいず、青だいずがあります。

「黄だいず」→主に味噌、納豆、豆腐など加工品にもなります。

「黒だいず」→黒豆です。おせち料理に使われます。

「青だいず」→きな粉や煮豆にされます。

※他にも豆には、あずき、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」といわれるくらい良質のたんぱく質を豊富に含んでいます。

給食のメニューでも取り入れていますので、参考にしてみてください。

今月の予定

今月の目標

食事のマナーを
きちんと守ろう

- 3日 豆まき
- 11日 建国記念日
- 14日 お誕生日
- 21日 食堂ごっこ

食育活動♪

1月14日 だんごさし

白、赤、緑、黄の4色のだんごを丸め、ミズキの木に挿します。作物が良くできますように、子どもの健やかな成長を願い込めて鯛や小判、俵、鶴亀の形をしたおせんべいも一緒に飾りました。各クラス、色とりどりの木に仕上がりました。

★ ★2月21日には、食堂ごっこがあります★★

いつもの保育室は、食堂へと早変わり、エプロンに三角巾姿の子ども達が、いろいろな食べ物を販売します。

きちんと、食券と食べ物の受け渡しができるか楽しみです。

※食材の都合により、献立が変わる事があります。

