



給食だより



2023年2月

まだまだ寒さが身に染みる時期、暦の上では2月3日に節分を迎え、2月4日に立春を迎えます。

植物や生き物は厳しい寒さにじっと耐え、春に向けてどんどんエネルギーを蓄えていきます。保育園で過ごす子どもたちも大きく羽ばたくためのパワーを少しずつ蓄えているように思えます。給食でもその力になるように、一生懸命サポートしていきます！

大豆の七変化



節分にちなんで、大豆の特集だよ！

豆まきの豆としても知られる大豆は、豆の中でも様々な姿で食卓に登場する万能選手です！「これも大豆でできてるの？」と、子どもたちもびっくりするかもしれません。

全部大豆でできています！



みそ



しょうゆ



とうふ



なっとう



ゆば



あぶらあげ



あつあげ



きなこ



えだまめ



おから

そのほか ・とうにゅう ・だいずあぶら ・もやし などがあります！



さんいく保育園清澄白河

2月3日は節分の日



恵方巻は、恵方（今年は南南東）を向き、無言で願い事を思い浮かべながら丸かじりすると、願い事が叶うと言われています。また、いわしの頭とヒイラギの葉を玄関に飾ることで、鬼を家に入れない「魔よけ」も昔からの風習として伝えられています。

保育園の給食・おやつも節分にちなんだメニューです！



◎節分メニュー◎

- ・胚芽ごはん ・いわしのかば焼き
- ・ひじきと大豆の炒り煮
- ・豆乳みそ汁 ・バナナ

☆おやつは「恵方巻」です☆



今年は南南東！



食育の風景

◎おにぎりピクニック（ひつじ組）◎

いつも保育室で食べているおやつを、今回はお天気の良い屋上園庭で食べました。いつもと違う環境のせいか、子どもたちはハイテンション！でも最後には給食室に来て、「おいしかった～！」「ありがとう」と丁寧にごあいさつをしてくれました！

今月の食育

◎ポテトケーキを作る（ろば組） エプロンをつけて、初めてのクッキングです！

◎ホットケーキ作りを見る（うさぎ組） 絵本の「こぐまちゃんのほっとけーき」を

読みながら、出来上がりまで見ます！

