



給食だより



2025年2月

暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続いています。
2月といえば節分やバレンタインデイがあります。お豆や恵方巻、チョコレートと2月は美味しい月ですね。くれぐれも食べすぎには気を付け、美味しく楽しく過ごしていきましょう。



食育の風景

今月は2クラスでクッキングがありました！

★スノーボールクッキーづくり(ひつじ組)1月15日★



どきどきした面持ちで、テーブルに座っていた子どもたち。材料が配られると、興味津々に目を輝かせ始めました。小麦粉・片栗粉・バター・砂糖をボールに入れ、順番に手で混ぜ始めると、「柔らかくて気持ちいい!」「いい匂いがする!」と声が上がりました。おやつ時に焼きあがったクッキーを食べると「甘くて美味しい!」と大喜び。五感すべてでクッキングを楽しんだ子どもたちでした。

★ミニピザづくり(ろば組)1月29日★

餃子の皮を使ってミニピザづくりに挑戦しました。美味しいミニピザが作れるよう、手はお膝に、静かに作り方の説明を聞いてくれました。作り始めるとケチャップを丁寧に塗って、好きな食材をどのように配置するか一生懸命考えていました。使った食材を一直線においている子、顔に見立てている子等それぞれオリジナルのミニピザを作ることができました。また苦手な食材のある子には、「これもらうから、私の分多めにあげるね!」とお友だちを思いやる優しいろば組さんの様子も見れました。

～今月の食育～ うさぎ組:ホットケーキ作り(2/18)

さんいく保育園清澄白河

～節分を知ろう!!!～



立春とは旧暦でお正月に当たる為、一年の中で最も重要視されていました。その前日である2月3日(節分)に悪いものを追い出し、縁起の良い物を食べ、新しい1年を向かえるという意図で行われた行事です。今年の節分は4年ぶりに2月2日になります。

①豆まき

季節の区切りとなる節分の日に、厄を払い、新しい年に福を呼び込むために行われます。豆を使う理由として「魔物滅ぼす=魔滅(まめ)」に通じると言われています。

②柊鱈

鱈の頭を焼いて、ヒイラギの小枝に刺したものです。焼くと匂いがきつくなる鱈で鬼を寄せ付けないという意味があります。

③恵方巻

「福を巻き込む」といった意味があり、一口サイズには切らず丸かぶりすることで「縁を切らない」という意味になります。

恵方巻を食べる時は口から福が逃げないように、黙って食べ切った方が良いです。

★さんいく保育園でも2月3日に節分メニューを提供します★

今年の恵方は「西南西」です!!



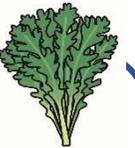
今月の旬の食材



☆いちご☆

品種が豊富で全250種類あると言われています。普段食べている実は本当は「花托(かたく)」という花の一部で、果実は粒々の部分です。ビタミンCが豊富です。

☆春菊☆



春に花を咲かす為、春菊と呼ばれています。長時間茹でると苦味が増すのでサッと茹でると良いです。ビタミンA・C、カルシウムが豊富です。