

保護者各位



2月 給食だより



社会福祉法人 夢工房

幼保連携型認定こども園 美ら夢

暦の上では立春を迎えますが、1年で1番寒い時期がやってきました。厳しい寒さが続き、子どもたちも小さな体で季節を感じています。そんな冷たい風にも負けず、元気に登園してくる子どもたちの明るい声が園には響き渡っています。風邪やインフルエンザに負けないよう、バランスよくいろいろなものを食べるようにして、たくさん遊び、毎日元気に過ごしましょう。

節分の日食べる 恵方巻とは

その年の恵方を向いて、切らずに太巻きのまま食べることによって、「縁を切らない」「縁起をつく」という意味があります。恵方巻きには、縁起のいい具材を7種類入れるのが一般的で、「7」という数字は、縁起のいい七福神に由来しているといわれています。七福神とは、大黒天、毘沙門天、恵比寿天、寿老人、弁財天、福祿寿、布袋の、福をもたらす七つの神様の総称です。これらの七福神にあやかり、7種類の具材を入れて巻くことで、「福を巻き込む」「体内に取り入れると福がくる」という意味があります。

かんぴょう

細く長い形から「長生きできるように」という願いが込められています。



今年の方角は
東北東

しいたけ

古来より神様のお供え物とされてきました。また、傘の形が陣笠に似ているため、身を守ってくれるという意味があります。



伊達巻

その黄色い色から、財の豊かさ、金運のげん担ぎとして使われます。



ウナギ

古くから縁起のいい食べ物です。「うなぎのぼり」という言葉からもわかるように、出世や上昇などの意味があります。また、うなぎの長い姿が長寿を表しているともいわれています。



海老

紅白の色と目玉が飛び出ていることから「めでたし」という語呂合わせに使われる縁起食材です。また、曲がった腰と、長いひげを持つため、健康長寿の象徴とされています。



桜でんぶ

鯛などの白味魚をほぐし、鮮やかなピンク色に仕上げたある桜でんぶ。鯛は「めでたい」という言葉がかかった縁起物であり、ピンク色が華やかさを演出してくれます。



きゅうり

その名前から「9つの利」をもたらしてくれるといわれています。



☆2月の献立について☆

まだまだ寒さが残る2月の献立は、体を温める根菜類や緑黄色野菜、旬の果物を取り入れたメニューを考えました。旬の野菜や果物をたっぷり食べて免疫力を高めましょう。

また行事食の節分では、子どもたちが楽しめるような調理・盛り付けをしますので、楽しみにしてして下さい。

☆最近の行事食、スペシャルメニュー☆

◆クリスマスメニュー

トナカイハンバーグ
ミネストローネ
リボンマカロニサラダ
ツリーゼリー



クリスマス
ケーキ



◆ムーチー風
蒸しパン



◆生活発表会頑張っ
てね
おんぶケーキ



◆おせち料理

松風焼き
紅白なます
いなむどうち
栗きんとん



◆メダルクッキー

お心について

なにがどれかわかるかな～？

5歳児で「甘い・酸っぱい・しょっぱい・苦い」について食育をしました。見て嗅いで想像し、実際に食べて知り、楽しみました☆また、目と鼻を閉じると味覚にどんなことが起こるのか、実験をして大盛り上がり！たくさんの食経験から味覚の幅が広がってくると嬉しいです。

＼まずは匂いを嗅いでみよう／



＼食べてみよう／



＼このラインナップで味の体験をしました／

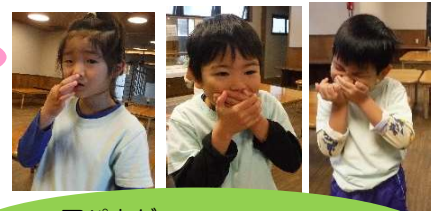
【あまい】	【すっぱい】	【しょからい】	【にがい】
<ul style="list-style-type: none"> ・ラムネ ・お砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> ・酢 ・レモン汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・お塩 ・しおこんぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピーマン ・ココアパウダー



苦
酸っぱい
味の
味に



甘い味に にこにこ♪



ココアパウダー
いい匂いなのに苦くて、衝撃!!!

野菜にふれよう



普段触れることがないような様々な野菜に触れ、見た目や素材の匂い、触り心地、切った後の中の様子など感じて、不思議そうな顔をしたり、興味津々だったり、怖がったりいろんな子どもたち様があります。給食にでると「これ〇〇だ!」「さっき見たね!」と見つけて喜んで食べます。苦手でも一生懸命食べて「お皿ピカピカ!」と教えてくれます。