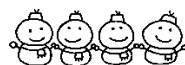




令和8年
2月

きゅうしょくだよい



◎印は手作りおやつ

| 日 | 曜 | 給食 (11:30~) | おやつ (2:30~) | 未満児午前おやつ (9:30~) |
|----|---|--|---------------------|------------------|
| 2 | 月 | にんじんの炊き込みご飯・ポークビーンズ・オレンジ・油揚げのみそ汁 | ◎ぼてぼてナゲちゃん ・牛乳 | ・せんべい ・ミルク |
| 3 | 火 | 豆とひじきのご飯・魚のコーンマヨ焼き・バナナ・けんちん汁 | ◎おにまんじゅう ・牛乳 | ・ビスケット ・牛乳 |
| 4 | 水 | 和風バター醤油スパゲッティ・ツナサラダ・オレンジ・玉ねぎと青菜のスープ | ・サッポロポテト ・ココアミルク | ・ボーロ ・牛乳 |
| 5 | 木 | 三色丼・白和え・みかん・キャベツのみそ汁 | ・せんべい ・ミルク | ・白せんべい ・ミルク |
| 6 | 金 | ハヤシライス・ツナマヨマカロニサラダ・バナナ | ◎いちごの米粉ケーキ ・牛乳 | ・ビスコ ・牛乳 |
| 7 | 土 | 焼豚チャーハン・キャベツとコーンのサラダ・わかめスープ | ・ビスケット | ・せんべい |
| 9 | 月 | ビビンバ丼・春雨サラダ・オレンジ・中華風スープ | ◎にじいろクリームサンド ・牛乳 | ・せんべい ・ミルク |
| 10 | 火 | パン・鮭とポテトのカレーマリネ・グリーンサラダ・バナナ・ABCスープ | ・ビスケット ・ミルク | ・ビスケット ・牛乳 |
| 11 | 水 |  建国記念の日  | | |
| 12 | 木 | 麦ご飯・野菜入り納豆・筑前煮・オレンジ・卵入りみそ汁 | ・ヨーグルト | ・白せんべい ・ミルク |
| 13 | 金 | かき揚げうどん・バナナ・ポパイサラダ | ◎ふりかけおにぎり | ・ビスコ ・牛乳 |
| 14 | 土 | 焼きそば・シューマイ・麴と青菜のスープ | ・ビスケット | ・せんべい |
| 16 | 月 | 麦ご飯・サバのみそ煮・マカロニサラダ・りんご・えのきのみそ汁 | ・えびせん ・ミルク | ・せんべい ・ミルク |
| 17 | 火 | かやくご飯・ひじきの炒め煮・バナナ・のっぺい汁 | ◎フライビーンズ ・牛乳 | ・ビスケット ・牛乳 |
| 18 | 水 | エビフライカレー・チーズ入り野菜サラダ・オレンジ | ◎ポップコーン ・牛乳 | ・ボーロ ・牛乳 |
| 19 | 木 | 麦ご飯・鶏肉の甘酢あん・ほうれん草の卵和え・バナナ・大根のみそ汁 | ・クッキー ・いちごミルク | ・白せんべい ・ミルク |
| 20 | 金 | パン・豆腐のキッシュ・ブロッコリーとツナのサラダ・オレンジ・コーンポテトスープ | ◎黒蜜トースト ・牛乳 | ・ビスコ ・牛乳 |
| 21 | 土 | ゆかりご飯・カレーの煮つけ・お浸し・豆腐のみそ汁 | ・ビスケット | ・せんべい |
| 23 | 月 |  天皇誕生日  | | |
| 24 | 火 | マーボー丼・華風サラダ・りんご・野菜スープ | ・ベジたべる ・ココアミルク | ・ビスケット ・牛乳 |
| 25 | 水 | 鮭チャーハン・チャプチェ風・バナナ・わかめスープ | ◎パープルサンド ・牛乳 | ・ボーロ ・牛乳 |
| 26 | 木 | ご飯・お好み揚げ・野菜たっぷりサラダ・オレンジ・豚汁 | ・ごまビス ・ミルク | ・白せんべい ・ミルク |
| 27 | 金 | パン・豆乳鍋風汁・ギョーザ・ツナポテサラダ・バナナ | ◎五平餅 | ・ビスコ ・牛乳 |
| 28 | 土 | みそ煮込みうどん・青菜とウィンナーのソテー・オレンジ | ・ビスケット | ・せんべい |



寒さに負けず元気にすごしましょう

寒さの中にも、少しずつ春の気配が感じられるようになってきました。この時期、風邪などで体調を崩している子どもたちも増えてきますので、引き続き予防の「手洗い・うがい」を忘れずにしましょう。

今月は節分があります。すみれ楽園では、毎年恒例の豆まきが行われます。「鬼は～そと！福は～うち！」と元気に豆まきした後は、給食をしっかり食べて鬼に負けない体をつくりましょう。



2月3日は節分です

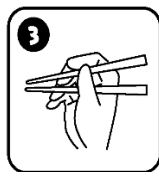
節分は「季節を分ける日」という意味があり、昔の日本では春が一年のはじまりとされていました。その前日にあたる節分には、悪いもの（鬼）を追い出して、元気に過ごせるようにと願いを込めて「豆まき」をします。節分には「恵方巻（えほうまき）」を食べる風習もあります。恵方巻は、福を巻き込む太巻き寿司で、その年の「恵方（えほう）」と呼ばれる縁起の良い方角を向いて、願いごとをしながら黙って食べると良いとされています。今年の恵方は【南南東】。ご家庭でも、みんなで楽しく恵方巻を食べて、福を呼び込みましょう！

すみれ楽園では、節分メニューとして、給食に豆とひじきのご飯、おやつにおにまんじゅうを食べます。



正しい箸の持ち方

- ①はしの片方（固定ばし）を、親指の根元に挟みます。
- ②薬指を軽く曲げて第一関節を下に添え、親指と薬指で支えます。
- ③もう片方はし（作用ばし）は親指のほらで挟み、中指の第一関節で支えます。
- ④作用ばしの支えをしっかりとさせるために、小指を薬指に添わせませす。



お箸選びのポイント

「持ちやすくてつかみやすい、子どもの小さな手に合ったもの」が、子どものお箸選びのポイントとなります。おはしの長さの目安としては、「親指とひとさし指の先を広げた1.5倍くらい」。材質は竹など滑りにくい素材の物がおすすめです。



★0.1歳児：2/18のポップコーンは、せんべいに変更します。
★未満児：2/9のにじいろクリームサンドは、チョコスプレー抜きです。2/26のお好み揚げは、イカの入らないかき揚げに変更します。2/27の五平餅は、種実類を入れない甘みそをかけます。

※子どもたちの健康と安全を第一に、食材の都合などで献立が変更になることがあります。