

2月の食育だより

令和8年1月30日発行 豊川こども園給食

2月は節分があり、季節の変わり目を感じる時期ですね。暦の上では春ですが、まだ寒さが厳しく、体調を崩しやすい季節もあります。節分には、豆まきをして1年の健康を願う風習があります。園でも行事を通して、食べることや季節の行事に親しめるよう取り組んでいます。寒さに負けない体づくりのため、毎日の食事を大切にしながら、元気に過ごしていきたいですね。



うめぐみ クッキング



12月の終わりに、梅組さんとトマトソース作りとピザ作りを行いました。今年度は、ピザ生地を伸ばすところから体験してもらいました。生地の感触を楽しみながら手で伸ばし、トマトソースを塗り、トッピングをしました。使う食材は梅組さんが話し合って決めました。自分で作ったピザは格別だったようで、あっという間に完食しました。



絵本給食を行いました

絵本「りんご畠のアップルパイ」にちなんだ、絵本給食を行いました。当日は、各クラスの先生に絵本を読んでもらい、お話の世界を楽しんでからおやつの時間を迎えました。

アップルパイは、バターや砂糖を控えめにし、りんご本来の甘さを生かして作りました。「はじめてアップルパイを食べたよ！」という園児もあり、「おいしい」「また食べたい」と子どもたちに大好評でした。

絵本と給食を結びつけることで、食への興味や楽しさを感じられる時間となりました。

七草がゆ

七草がゆは、春の七草を使った日本の伝統的な行事食です。園では、子どもたちが食べやすいように七草を細かく刻み、隠し味に鶏ガラスープを少量加えて、やさしい味に仕上げています。



2月の献立

月	火	水	木	金	土
25 春雨スープ レバーの竜田揚げ 枝豆	26 鬼チキンライス 金棒ハンバーグ ウインナー・ブロッコリー ※白ご飯いりません	27 赤魚のカレーマヨ焼き じゃこと切干大根の炒め煮 レタス	28 キャベツの寄せ焼き 切干大根サラダ ブロッコリー	29 サバの味噌煮 ひじきサラダ サニーレタス	30 ちゃんぽん ミニゼリー
26 ふかし芋・果物	27 鬼蒸しパン	28 ジャムサンド	29 ねぎ焼き	30 やせうま	31 職員研修
27 クリームシチュー レバーのソース煮 果物	28 ① サバのしぐれ煮 春雨の酢の物・レタス カルシウムふりかけ	29 ② 建国記念 ひじきの炒め煮 ブロッコリー	30 ③ スパニッシュオムレツ ひじきの炒め煮 ブロッコリー	31 ④ お弁当の日 パン	32 ⑤ ミートスパゲティ 棒チーズ
28 人参蒸しパン	29 ツナコーンおにぎり	30 パン	31 プリン・お菓子	32 お菓子	
29 豚汁 竹輪の磯辯揚げ	30 ⑥ 豆腐ナゲット 竹輪と大根のごまなます レタス	31 ⑦ 鮭のタンドリー焼き 野菜の白和え・果物 カルシウムふりかけ	32 ⑧ 牛肉と厚揚げのうま煮 小魚ふりかけ 果物	33 ⑨ チキンカレーライス 海藻サラダ 福神漬け ※白ご飯いりません	34 ⑩ 焼きそば 棒チーズ
30 お麩ラスク	31 アセロラゼリー・お菓子	32 黄粉フレンチトースト	33 肉まん	34 かりかりいりこ・お菓子	35 お菓子
31 天皇誕生日 ○○	32 ⑪ 築前煮 彩り卵焼き 果物 トライフル	33 ⑫ 赤魚のチーズフライ キャベツのゆかり和え サニーレタス ひじきふりかけおにぎり	34 ⑬ 八宝菜 ソーセージソテー 枝豆 ポップコーン・果物	35 ⑭ サバの甘辛煮 蓮根サラダ レタス パン	36 ⑮ ちゃんこうどん ミニゼリー お菓子

※行事等により、献立を変更することがあります。