



給食だより

今月のテーマ
今月の目標

寒さに負けない
病気をしないよう何でも食べる。体を動かす。
◆のマークが付いている所は年長児のクッキングです。



日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
1	月	おやこじる かぼちゃサラダ	ぜんざい	りんご
2	火	さかなのあんかけ カミカミサラダ	チーズスティック	かつぱえびせん
3	水	おにさんバーグ カレードRESSINGサラダ	あげもち	しろいふうせん
4	木	マーボー豆腐 なたねあえ	いちごのムース	まるぼうろ
5	金	さかなのホワイトソースかけ りんごのサラダ グラッセ	おからのケーキ	ミニゼリー
6	土	ミートスパゲティ くだもの		おかし
8	月	にくじゃが しおっぺ	コーンフレーク	黒棒
9	火	たまごのキッシュふう ピーナッツあえ	フルーツヨーグルト	カステラ
10	水	さかなのオーロラソースかけ こまつなのびたし すのもの	◆ホットケーキ◆	ハーベスト
11	木	建国記念日		
12	金	カレー ゆかりあえ	アメリカンドッグ	バナナ
13	土	♪異年児交流♪ ピザづくり		おかし
15	月	はくさいのクリームに なっとうあえ	マドレーヌ	みかん
16	火	しょうじんりょうり みそしる	◆きなこだんご◆	ウエハース
17	水	つみれじる ごまマヨあえ	フライドポテト	卵ボーロ
18	木	☆誕生会☆ おたのしみ	たんじょうびケーキ	リッツ
19	金	さかなのにつけ かきたまじる	にまめ	チーズ
20	土	パン くだもの		おかし
22	月	すきやきふうに のり	◆さつまいものくりしぐれ◆	いちご
23	火	タンドリーサーモン ちゅうかサラダ	おこのみやき	かりんとう
24	水	メンチカツ かかに	くだもの	梅の香巻
25	木	ぶたじる くきわかめのつくだに	ふなやき	ヨーグルト
26	金	すりみのかきあげ にびたし	ジャムパン	ビスコ
27	土	やきそば くだもの		おかし

お誕生会の日は、ご飯はいりません。



節分で家族間のコミュニケーション

2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった「鬼」に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってもらいたいものですね。



ダイズの
ことわざ

ダイズ

「まめに食うとまめでまる」豆を「マメ」に食べると、「まめ(健康)」でいられるという意味。おせち料理に欠かせない黒ダイズにも「今年一年、まめに暮らせまうように」という願いが込められています。「魔滅(まめ)」当て字です。昔からダイズには、災いや病気など「魔」を滅ぼす力があるとされてきました。ですから、節分には「鬼は外、福は内」と豆をまくのです。



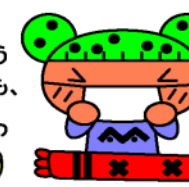
1月21日に、修平君、ほのかさん、桃花さんと一緒にケーキ作りをしました。クリームを塗るのが上手で果物も綺麗に盛り付けてくれました！！

今月の当番は優輔君、水月君、あんずさんです。エプロン、三角巾、マスクの準備をお願いします。



かぜが流行しています

かぜをひかないために、帰宅直後に必ず手洗いとうがいをし、適度な水分をとらせてください。のどの乾燥も、かぜをひく要因の一つです。



土曜日は、箸と水筒だけ持ってきて下さい。平成22年1月29日 城北アソカ保育園