



# 献立表

～今月の旬の食材～  
 ・神在ねぎ ・生わかめ ・あすっこ  
 ・寒しじみ ・春キャベツ



ひまわり第2保育園

\* 献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
<p>暦の上では立春を迎えますが、1年で1番寒い時期です。生活リズムを整え、しっかり食べてたっぷり寝ることを意識して、元気に過ごしましょう。</p> <p>2月3日は節分です。保育園では2日に節分献立を予定しています。鬼の嫌いなイワシや大豆を食べて、みんなの〇〇鬼をやっつけます！</p>			1 ごはん 鶏肉と里芋のみそ煮 ほうれん草の浸し すまし汁	2 【節分献立】 ごはん イワシの青のりフライ ふるふき大根 節分汁	3 チキンライス すまし汁
			豆腐入ホットケーキ 昆布・お茶	恵方巻 りんご・お茶	プレーン丸パン するめ・お茶
5 ごはん 厚揚げの煮物 ブロッコリーと ささみのサラダ 味噌汁	6 ごはん 焼きさばと 神在ねぎの煮物 里芋のグリル焼き すまし汁	7 ごはん おでん ブロッコリーの ごまおかか和え 味噌汁	8 【ひよこ組公開給食】 ごはん 魚の塩麴焼き キャベツと あらめの酢の物 味噌汁	9 ごはん 肉豆腐 ごぼうの煮物 味噌汁	10 焼きそば 味噌汁
焼き海苔おにぎり するめ・お茶	きな粉団子 いりこ・お茶	鮭おにぎり 煮豆(パンダ豆)・お茶	ジャムサンドパン 昆布・お茶	梅ヶ枝もち いりこ・お茶	レーズンパン 昆布・お茶
12 <b>振替休日</b> 	13 ごはん 高野の中華炒め 花サラダ すまし汁	14 ごはん 魚の香り焼き 五目豆 ごま味噌汁	15 <b>お弁当の日</b> 	16 ごはん マーボー豆腐 もやしのナムル すまし汁	17 鮭とあすっこのおにぎり 味噌汁
	大根おにぎり するめ・お茶	里芋の磯辺揚げ 昆布・お茶	マカロニきな粉 いりこ・お茶	紫芋ロールパン するめ・お茶	ふかし芋 昆布・お茶
19 ごはん 鮭のゆずみそ焼き 春雨の酢の物 すまし汁	20 切り干し中華おこわ 高野の煮物 あすっこの浸し 味噌汁	21 ごはん 鶏肉の照り焼き 人参の煮物 刻み昆布の炒め物 しじみ汁	22 ごはん 煮魚 あすっこのソテー 結び昆布の煮物 けんちん汁	23 <b>天皇誕生日</b> 	24 ビビンバ すまし汁
さつまいもおにぎり 昆布・お茶	焼き芋 するめ・お茶	みそスコーン いりこ・お茶	チャーハン お茶		かぼちゃパン するめ・お茶
26 ごはん 手羽元と大根の煮物 納豆サラダ すまし汁	27 ごはん がんもの煮物 煮豆(金時豆) キャベツの浸し 里芋のみそシチュー	28 ごはん 魚の竜田焼き あすっこの白和え 味噌汁	29 ごはん けいちゃん焼き あらめの煮物 すまし汁	<div data-bbox="1294 1503 1835 1852" data-label="Text"> <p>【お知らせ】                  21日はきりん組が味噌作りをします。                  19日…大豆を水に浸ける                  20日…大豆を茹でる                  21日…いよいよ味噌作り                  *美味しいみそが出来るようにみんな                  などで力を合わせます!!</p> </div>	
みそ焼きおにぎり 果物・お茶	蒸しパン 昆布・お茶	ぜんざい するめ・お茶	おかかおにぎり 切り干しハリハリ・お茶		

## 今年1年を振り返って ～大きくなったよ～

### ひよこぐみ

0歳児期は発達が大きい1年、一人一人に合わせた形態を食べながら「食べるのが楽しい、嬉しい」経験を積み重ねてきました。”食べさせて”と口を開けて待っていた子も、今では大きな食材をダイナミックにかじり取ったり、スプーンを使って食べるようになりました。食事中に食べたい物を指差しや言葉で伝えたり、「かんぱ～い」などの大人との関わりの中で嬉しそうに食事をしていますよ。



### りすぐみ

よく食べるようになった子どもたち。咀嚼の必要な物も、しっかり噛んで食べられるようになりました。お皿が空っぽになると、「ちょうだ～い」と欲しい物を伝えたり、「おいしそう」「いいにおい」などと子ども同士で顔を見合せてお喋りをする姿は見ていて微笑ましいですよ。好き嫌いもありますが、“かんぱい”をしたり、友だちや保育者が美味しそうに食べていると自ら口をあげ、自分で食べようとする姿もあり、成長を感じます。

### うさぎぐみ

食べることに勢いのあるクラスで、食べるのが大好きです。秋ごろよりお替りを自分で盛りつけるようになると、「これすきだけんいっぱいだよ」と言いながら嬉しそうに盛り付けています。また、年間を通してお手伝いも楽しんできました。えのきを細く裂きながら、「小さくするから赤ちゃんも食べられるね」など食べる友だちのことを思いながらお手伝いをする姿に可愛いと思うと同時に、お兄さんお姉さんになったと感じる瞬間でした。

【キャベツちぎり】



【えのきほくし】

