



翠松保育園では、毎日手作りおやつを提供しています。
詳しくは献立表をご覧ください。

2月 食育のねらい

つぼみ たんぽぽ	<ul style="list-style-type: none"> みんなで楽しく食事をする。 異年齢児との食事を体験する。
はな たんぽぽ	<ul style="list-style-type: none"> 食品や食材に興味を持つ。 身近な人と一緒に食べることの楽しさを味わう。
つぼみ ゆり	<ul style="list-style-type: none"> マナーに気を付けながら食事をする。 一定の時間で食事をしようとする。
はなゆり	<ul style="list-style-type: none"> クッキングを通して、調理や配膳を経験し、自分たちで作ったものを食べたり食べてもらうことを喜ぶ。

土曜日の給食でおすすめのメニューを紹介합니다

白菜と豚肉のスープ

《材料》

(子ども一人分)

- ・白菜 70g
- ・豚肉 30g
- ・豆腐 60g
- ・長ネギ 10g
- ・しめじ 20g
- ・人参 10g
- ・大根 10g
- ・油揚げ 3g
- ・にんにく 少々 (チューブでもよい)
- ・酒 2g
- ・塩 少々
- ・醤油 2g
- ・ごま油 1g
- ・だし汁 150cc

《作り方》

- ① 豚肉と野菜、豆腐、油揚げを食べやすい大きさに切る。にんにくは、すりおろす。
- ② 鍋にごま油を入れ、豚肉とにんにくを炒める。
- ③ 豚肉に火が通ったら、長ネギ以外の野菜、油揚げ、だし汁を入れ煮る。
- ④ 野菜がやわらかくなったら酒、塩、醤油を入れひと煮たちしたら豆腐、長ネギを入れるさらに煮る。
- ⑤ 全体に火が通ったら出来上がり。



19日(水)誕生会

「そりあそび」ランチ part.2

- ・雪だるまご飯
- ・ミートボール
- ・ポテトサラダ
- ・ゆでブロッコリー 人参の出汁煮
- ・ミネストローネ
- ・くだもの



★誕生会の日は、3歳以上児も主食はいりません



はなゆりさんのクッキングが始まりました



今回は「ごへいもち」を作りました。ボールの中で半分つぶしておいたご飯を、スプーン一杯分に取り、コロコロ丸め平たくしました。オープンで焼いて、たれを塗ったら出来上がり。

自分で作ったおやつはとてもおいしいようで、おかわりをたくさんして食べていたはなゆりさんです。

おやつ献立の **ピンクの印** が付いている日は、はなゆりさんのクッキングの日です。

- ・エプロン
- ・三角巾
- ・マスク (使い捨ての物が使いやすいです)

★上記の物を名前の書いた袋に入れて持ってきてください。

ピンクの印の日がクッキングで



もちつきをしました

ももちゃん、たんぽぽさん、ゆりさんみんなでもちつきをしました。ついたおもちは、干してから細かく砕いて油で揚げ、かきもちにしておやつで食べようと思います。



2月の手作りおやつ		
1	土	おにぎり
2	日	
3	月	豆パン
4	火	さつまいもドーナツ
5	水	マッシュポテトのミートグラタン
6	木	にんじんパン
7	金	ごませんべい
8	土	おにぎり
9	日	
10	月	チーズマフィン
11	火	建国記念の日
12	水	あずきの蒸しロール
13	木	ミルクパン
14	金	おからココアケーキ
15	土	おにぎり
16	日	
17	月	りんごのヨーグルトケーキ
18	火	おからクッキー
19	水	甘納豆蒸しパン
20	木	レーズンパン
21	金	きな粉マカロニ
22	土	おにぎり
23	日	天皇誕生日
24	月	振替休日
25	火	焼きおにぎり
26	水	ごまかりんとう
27	木	ポテトパン
28	金	ゼリー・非常食

牛乳、スキムミルク、お茶などの飲み物がつきます。



※献立内容を変更する場合があります。

★赤字は翠松保育園の追加メニューです。