



2月 予定表

2月3日は『節分』です。節分というのは古くから季節の分かれ目を表し、この日を境に『春』になります。春もそこまで来ているんですね。豆まきをして一年の無病息災を祈り、福を呼び込みましょう。

令和2年2月
あいの保育園

日	曜日	行事予定	スタッフ関係	給食	おもな食材	3時おやつ
1	土			肉わかめうどん デザート	豚肉 ねぎ わかめ かまぼこ うどん	牛乳 お菓子
2	日					
3	月	節分集会	外部研修 蒔苗	おにっこ行事食		牛乳 フルーツ
4	火			納豆 鮭フライ しめじとほうれん草のソテー ひじきのかき玉みそ汁 デザート	大豆 鮭 しめじ ほうれん草 ひじき 卵 ねぎ	お茶 プリンアラモード
5	水			親子煮 小松菜コーンサラダ もやしのみそ汁 デザート	鶏肉 人参 玉ねぎ しいたけ ねぎ ちくわ 凍り豆腐 小松菜 人参 ツナ もやし わかめ	ショア お菓子
6	木	音楽の扉		あったかポトフ マカロニサラダ 炒り卵 デザート	人参 キャベツ ジャガ芋 ウインナー しめじ ブロッコリー マカロニ ハム きゅうり 卵	牛乳 甘食
7	金	纏振り		鯖の味噌煮 大根となめこの和え物 ナスのみそ汁 デザート	さば 玉ねぎ 大根 なめこ なす かまぼこ	バナナヨーグルト
8	土		スタッフM	なすナポリタン 卵スープ デザート	なす たまねぎ ピーマン ウインナー 卵 レタス	牛乳 お菓子
9	日					
10	月	実習生受け入れ21日まで	外部研修 蒔苗	すき昆布 パプリカの和え物 さつまいものみそ汁 デザート	すき昆布 人参 しらたき さつま揚げ 生揚げ パプリカ かつおぶし さつまいも えのきたけ ニラ	牛乳 ハムチーズパン
11	火	建国記念日				
12	水			ポークカレー エビフライ ゆで卵 コールスローサラダ デザート	豚肉 人参 玉ねぎ しめじ ジャガ芋 小松菜 えび 卵 キャベツ きゅうり ツナ	カルピスゼリー
13	木		外部研修 蒔苗	納豆 鮭のバターソース炒め きゅうりのツナマヨおかか和え わかめのみそ汁 デザート	納豆 鮭 小松菜 玉ねぎ れんこん しめじ ウインナー きゅうり ツな わかめ 油揚げ	牛乳 クリームパン
14	金			もやしとキャベツのチャンプルー わかめの酢味噌和え ミントマト 春雨スープ デザート	豚肉 もやし キャベツ ピーマン 木綿豆腐 卵 わかめ きゅうり ミントマト 春雨 ベークン ねぎ	ショア ココアマシュマロ クッキー
15	土		スタッフM	焼うどん 人参の和風スープ デザート	豚肉 人参 キャベツ ピーマン たまねぎ ねぎ	牛乳 お菓子
16	日					
17	月			ひじきの炒め煮 から揚げ 塩キャベツ ジャガ芋のみそ汁 デザート	ひじき 人参 しらたき いんげん 大豆 ちくわ 鶏肉 まいたけ キャベツ ジャガ芋 油揚げ	ショア お麩ラスク
18	火	避難訓練		たらの煮付け カニカマだし巻き卵 ちくわチーズ揚げ 玉ねぎのみそ汁 デザート	たら ねぎ 木綿豆腐 カニカマ 卵 ちくわ チーズ 青のり 玉ねぎ 生揚げ	牛乳 チーズ蒸しパン
19	水	こじか 懇談会17:00~		春雨と豚肉のチャブチェ 揚げ餃子 わかめスープ デザート	豚ひき肉 春雨 人参玉ねぎ しめじ ピーマン ごま キャベツ にら わかめ コーン	おしるこ
20	木		職員会議	赤魚のみりん漬け ひき肉コロッケ 炒り卵 キャベツのみそ汁 デザート	赤魚 豚ひき肉 ねぎ ジャガ芋 卵 キャベツ えのきたけ	牛乳 プチハムパン
21	金			納豆 肉じゃが 春雨サラダ 大根のみそ汁 デザート	納豆 豚肉 人参 ジャガ芋 しめじ 玉ねぎ 人参 いんげん 春雨 ハム きゅうり 大根 小松菜	牛乳 アメリカンドック
22	土			味噌煮込みうどん デザート	ゆでうどん 人参 ねぎ 卵 かまぼこ しいたけ 鶏もも肉 油揚げ 赤みそ	牛乳 お菓子
23	日	天皇誕生日				
24	月	振替休日				
25	火			たらの南蛮揚げ 五目厚焼き玉子 ごぼうのすまし汁 デザート	たら 人参 卵 ひじき いんげん ごぼう 三つ葉	牛乳 かぼちゃパイ
26	水	2歳児 懇談会17:00~		塩さば 野菜ビーフン ミントマト あおさのみそ汁 デザート	塩さば 人参 玉ねぎ しいたけ ニラ ミントマト あおさ 木綿豆腐	ブルーベリー ヨーグルト
27	木	お誕生日集会	給食会議	納豆 しょうがみそおでん ピーマンの肉詰め デザート	納豆 大根 人参 ジャガ芋 うずらの卵 はんぺん 生揚げ ちくわ いとこんにやく ウインナー ピーマン 豚ひき肉 しめじ 玉ねぎ	牛乳 ツイストドーナツ
28	金	こいす懇談会 17:00~		赤魚のムニエル 人参きんぴら はんぺんのかき玉すまし汁 デザート	赤魚 人参 ピーマン 白ごま はんぺん 卵 ほうれん草	牛乳 フライドポテト
29	土	新八園児説明会		鶏ねぎあったかそうめん かき揚げ デザート	ねぎ 鶏肉 すりごま 人参 しめじ	牛乳 お菓子

◆◆◆お知らせ◆◆◆

- ◆2月下旬、3月上旬に、各クラス **今年度最後の懇談会** を予定しております。各クラス、詳細はお帳面にてお知らせいたしますので、ぜひご参加下さい。
- ◆先月より流行し始めた **インフルエンザ** ですが、引き続きご家庭でも 手洗い ・ うがい の予防を念入りに行いましょう。疑わしい症状、またはご家庭に インフルエンザ罹患児 が出た場合は、すぐにお知らせください。
- ◆お迎えの際、長靴の履き間違いが続いております。お子さんがわかりやすい場所への **記名** をお願いします。
- ◆2月3日は通常の白米お弁当ではなく行事食となります。こじか・こぐまのお子さんはお米1合の持参をお願いします。袋には名前・クラス名をお書きくださって2月4日~5日にお持たせください。

3月の予定

- ◆2/29(土)・3/7(土) 新入園児説明会
- ◆3/3(火) 雛祭りによせて 子民家開放日
- ◆3/6(金) こぐま組 最後の懇談会 17:00~

食育の窓から

今月2月3日は節分行事食です♪

節分と言えば豆まきですね！ 前年の邪気をすべて払おうと豆まきをします！大豆は体は小さいけれど「畑のお肉」と言われているほど、栄養がたっぷり含まれています。給食ではお味噌汁はもちろん午後のおやつにも大豆がたくさん登場します。

今月は卒園児さんからのリクエストメニューを献立に入れました。お野菜がたっぷり入っているメニューがランクインしています。一番人気はやはりカレーライスでした。

今年例年に比べて雪が少なく、それに伴い乾燥もしています。外出の際は防寒をしっかりと、栄養満点な食事と保湿を心がけて体調を整えましょう。また手洗い・うがいを必ず行い、たくさん睡眠をとってこの冬を乗り越えましょう。