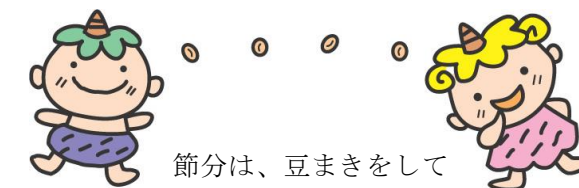


# 2月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H27・2月

	月	火	水	木	金	土
昼食	2 ごはん 寄せ鍋風汁 魚の照り焼き ほうれん草の和え物	3 ★ごはん いわしのつみれ汁 厚焼き卵 白和え	4 ごはん 豚汁 魚の塩焼き 切干大根の煮物	5 ☆ちらし寿司 さつまいもの味噌汁 益田野菜たっぷりすき焼き きゃべつの酢の物	6 ごはん 白菜の味噌汁 真砂揚げ 大根の酢の物	7 親子丼 じゃが芋の味噌汁 金平れんこん
午前のおやつ (もも、つくし組)	チヂミ	南瓜の煮物	豆の甘煮	ころころおむすび	焼きじゃが	季節のくだもの
午後のおやつ	炊きこみおむすび	恵方巻き	かりかりせんべい	きな粉おむすび	大根葉おむすび	のりおむすび
昼食	9 ごはん かき玉汁 魚の西京焼き 白菜の酢の物	10 ごはん 豆腐の味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 納豆和え	11 建国記念日	12 さわらごはん なめこ汁 五目豆 ひじきの酢の物	13 ごはん すまし汁 魚のゴマみそ焼き わかめの酢の物	14 牛丼 わかめの味噌汁 もやしのごまず和え
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼き芋	ころころおむすび		黒豆煮	きな粉米粉麺	ころころおむすび
午後のおやつ	わかめおむすび	きな粉団子		ゆかりおむすび	芋もち	焼きじゃが
昼食	16 ごはん じゃが芋の味噌汁 厚焼き卵 白和え	17 お弁当の日	18 ごはん 豚汁 魚の塩焼き 切干大根の煮物	19 ☆ごはん さつまいもの味噌汁 益田野菜たっぷりすき焼き かみかみ和え	20 ごはん 玉ねぎの味噌汁 鶏の照り焼き 大根の酢の物	21 親子丼 大根の味噌汁 金平れんこん
午前のおやつ (もも、つくし組)	南瓜の煮物	ころころおむすび	豆の甘煮	焼きじゃが	ころころおむすび	季節のくだもの
午後のおやつ	炊きこみおむすび	一口寿司	大根葉おむすび	かりかりせんべい	きな粉おむすび	のりおむすび
昼食	23 ごはん 豆腐の味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 納豆和え	24 ごはん かき玉汁 魚の西京焼き 白菜の酢の物	25 わかめごはん 寄せ鍋風汁 魚の照り焼き ほうれん草の和え物	26 さわらごはん なめこ汁 五目豆 ひじきの酢の物	27 ごはん すまし汁 魚のゴマみそ焼き わかめの酢の物	28 牛丼 わかめの味噌汁 もやしのごまず和え
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼き芋	ころころおむすび	焼き南瓜	黒豆煮	きな粉米粉麺	ころころおむすび
午後のおやつ	わかめうどん	きな粉団子	焼きじゃが	ゆかりおむすび	茶むすび	わかめおむすび
昼食						
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						



節分は、豆まきをして  
邪気をはらい清めます。

「鬼は外！福は内！」と  
豆をまきましょう。

お誕生会は、節分にち  
なんで豆やいわしを使っ  
た料理にします。おやつ  
は恵方巻きにします。

今年は西南西です！



## おやつ作り♡



さくら組の子どもたちは、今年4月から1年生になります。  
平日のお昼寝は1月からなくなっています。  
その時間を利用してクッキングを行います。みんなのおやつを調理  
担当者と一緒に作ってもらおうと思っています！

第一回目として、今回はみんなの大好きなかりかりせんべいを  
一緒に作りました。上手にまるめたり、のぼしたり、一所懸命作  
ってくれました。焼きあがってきたころには、「いいにおい！」  
「おいしそう！」と調理室をのぞきにくる子もいました。  
3時のおやつにみんなでおいしく食べました(^^)

★「お誕生会メニュー」 \*都合により献立が変わる場合があります。

☆ご飯は真砂のお米、五分付米です。

益田市保育研究会では、昨年度より学校給食と連携して保育所から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みをしています。

その取組のひとつとしての保小中連携献立です。

第4回の連携献立は「益田野菜たっぷりすきやき」です。

共通のメニューには積極的に地元食材を取り入れようということで、献立名の通り、春菊をはじめ、益田産の野菜がたくさん

入っています。学校給食では2月6日に、保育所では5日と19日に登場します。

### 旬(2月)の食材

大根・かぶ・ねぎ  
・ブロッコリー  
カリフラワー・白菜  
小松菜・水菜  
ほうれんそう・せり・にら  
ぶり・あまだい・たら  
みかん・いよかん