



2がつのこんだてひょう



令和7年 わにぶち保育所

〈今月の食育目標〉



今年度も、年間を通して『食べる時の姿勢』や『食器を持って食べること』、『箸やフォークの持ち方』など子どもたちに食事のマナーについて伝えてきました。食事のマナーはみんなで楽しく、気持ちよく食事をするためのお約束です。

今月は一年を振り返り、もう一度マナーのポイントを伝え、気持ちよく食事ができるように周りの大人が手本となり声かけをしながら繰り返し知らせていきます。

また、箸やフォークの持ち方、姿勢などそれぞれの年齢に合った働きかけをしていきます。

おしらせ



※赤字はもみじ組さんの希望献立です。

※青字は新作メニューです。

2月8日は針供養の日です。

使えなくなった縫い針に感謝の気持ちを込めて神社に納めるとともに、裁縫の上達を願う行事です。

保育所では7日にかぼちゃおやきを食べ由来を伝えま

月	火	水	木	金
3 豆まき会 きな粉マカロニ お茶	4 弁当の日・クッキング 煮豆 お茶 	5 もちもちおから お茶	6 のりごまクッキー お茶	7 粉ふき芋 お茶
ごはん いわしのかば焼き 納豆サラダ 里芋のみそがらめ 麩のすまし汁 ぼんかん	ぼたん組さんは みそ作りをします	ごはん 松風焼き ブロッコリーのツナ和え 煮昆布 そうめん汁	ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のおひたし 焼き南瓜 五目汁 みかん	ごはん 鶏肉のから揚げ もやしのごま酢和え 大豆の煮物 ほうれん草のみそ汁
おにまんじゅう パスタライズ牛乳	塩こうじ黒ごまクッキー 牛乳	梅かつおおにぎり 牛乳	きつねおにぎり 牛乳	かぼちゃおやき 牛乳
10 かりかりいりこ お茶	11 建国記念の日 2月3日(月)「節分」 節分は「立春」の前日にあたり、翌日から春が始まります。冬が終わる節分に豆まきをして邪気や悪い物を落とし、幸運を呼び込めることを願います。保育所では、『いわしのかば焼き、おにまんじゅう』を食べます。	12 いちごヨーグルト お茶	13 クッキング(もみじ組) 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 もみじ組さんは ピザを作り、午後のおやつで食べます。	14 麩の黒糖がらめ お茶
ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ほうれん草の磯香和え マカロニサラダ 卵のすまし汁	ごはん 節分は「立春」の前日にあたり、翌日から春が始まります。冬が終わる節分に豆まきをして邪気や悪い物を落とし、幸運を呼び込めることを願います。保育所では、『いわしのかば焼き、おにまんじゅう』を食べます。	親子丼 彩り和え 揚げごぼう きのこ汁 りんご	ごはん 魚のねぎソース 白菜と春菊のおかか和え 焼きブロッコリー わかめのみそ汁	ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツの和え物 焼きれんこん 豆腐のみそ汁/ぼんかん
しそおにぎり パスタライズ牛乳	刻み昆布おにぎり 牛乳	お焼きごはん(0~4歳児) 牛乳	豆腐のみそ汁/ぼんかん 五平餅 牛乳	
17 麩のココアラスク お茶	18 ごまプリッツ お茶	19 誕生会 煮昆布 お茶	20 きな粉と人参のビスケット お茶	21 チーズ お茶
ごはん ぎせい豆腐 小松菜と切干大根のごま酢和え きのこのしょうゆ焼き キャベツのみそ汁	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き ひじきのマリネ 大根の煮物 豆乳入りみそ汁	★ガバオライス風(0~2歳児) ★ドライカレー フレンチサラダ ベイクドポテト ぼんかん ★3~5歳児セレクトメニュー	ごはん すき焼き風煮 れんこんの梅マヨ和え 煮豆 りんご	ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ 小松菜のコーン和え ふかし芋 切干大根のみそ汁
牛しぐれおにぎり パスタライズ牛乳	小松菜と豚肉の混ぜごはん 牛乳	米粉のココアパウンドケーキ 牛乳	炒り玄米おにぎり かりかりいりこ/牛乳	のりおにぎり 牛乳
24 振替休日 お魚さんと背比べ どっちが大きいかな? 	25 りんご お茶	26 豆乳スープ お茶	27 野菜クラッカー お茶	28 黒糖ビスケット お茶
冬が旬のブリ。実物大の写真を見せると、魚の大きさに驚いていました。	ごはん 魚のごまみそ焼き 春雨の酢の物 里芋の煮物 豚汁	ごはん 春巻き カリフラワーの甘酢和え 小松菜のおかか和え 厚揚げのみそ汁	ごはん 魚のカレーマヨ焼き キャベツの煮物 ピクルス なめこ汁/いよかん 鶏そぼろおにぎり	ごはん マカロニグラタン ごまドレサラダ 焼きパプリカ 春雨スープ スイートポテト
	じゃごごはん パスタライズ牛乳	ツナしょうがおにぎり 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	

~1月の食育活動~ 『3色の食べ物の働き』

1月の食育活動では、うめ組、ぼたん組、もみじ組さんにポスターを使って3色の食べ物の働きについて伝えました。また、食育カルタやその日の給食の食べ物クイズをして食べ物の名前や3色の働きについて興味をもてるようにしました。



〈食育カルタ〉



子どもたちの表情は真剣そのもの。遊びながら食べ物の名前を覚え、自分でとった札は、3色の栄養の色に分けました。子どもたちにいろいろなものを食べることで元気に、大きく成長することを伝えました。

もみじ組さんは毎日、食べ物クイズをすることで、食べ物の栄養の色や働きが言えるようになってきました。卵自体の色は黄色ですが、「卵を産む動物はなに?」と聞くと「にわとりだから…赤の食べ物!」と答える姿が見られました。

〈食べ物クイズ〉

赤色だよ! 筋肉とか、体をつくってくれるよ

鮭の栄養の色は何色かな?



シルエットクイズ ~野菜の名前は何でしょう?~

もも組さんと野菜のシルエットクイズをしました。子どもたちは野菜の影に興味津々。映し出された野菜の形から連想し、野菜の名前を次々と答えていました。子どもたちの想像力に驚きました。



この野菜の名前はなに?



ブロッコリー!

職員が、箱に入れた野菜を懐中電灯で照らすと、中身をのぞき込む子どもたち。野菜の影を映す様子にも興味津々でした。

あっち側にかぶの影が見えるかな?



見えるよー

みーせーてー

「どうなっているの?」と出題者側に向かってきて...