

2月 きゅうしょくだより



松郷保育園
R7.2

今年の冬は暖かく、例年よりも散歩に行くことも多いですね。体をいっぱい動かして、給食も良く食べています。今年度も残るところ2か月となりました。暦の上では立春を迎えますが、1年で一番寒い時期です。かぜやインフルエンザに負けず元気に過ごすには、食事が大切です。たくさん食べて免疫力をアップさせましょう！

保育園の節分



今年の節分は「2月2日」です。立春が「2月3日」になるので、その前日が季節を分ける節分になります。保育園では「2月3日」に節分を行います。

節分にちなんで、当日は行事食として昼食に「鬼のハンバーグ」を提供します。また、午後のおやつで「おにまん」を提供します。おにまんは角切りのさつま芋の角がゴツゴツ見える様が、鬼のツノや金棒を想起させたことから名がついたといわれています。

豆まきについては、季節の変わり目には邪気（鬼）が出現しやすいと信じられており、それを追い払うためと考えられています。さらに、語呂合わせで「魔目（豆・まめ）」を鬼の目に投げつけて、鬼を滅ぼす「魔滅」に通じるともされています。また、まく豆は炒った大豆を使用します。生の大豆は、拾い忘れると芽が出てしまい、縁起が悪いとされているためです。

年の数だけ豆を食べると1年元気に過ごせると言われていますが、硬い豆やナッツ類は、咀嚼機能が未発達の子どもの中には誤嚥窒息の危険があるため、5歳以下の子どものには食べさせないよう提言されています。保育園では炒り豆を使用した豆まきを行います。新聞紙などを丸めて豆に見立てて豆まきを行います。家庭でも十分気を付けてくださいね。

献立変更のおしらせ

3日（月）	おやつ	塩のおにぎり、めざし、牛乳
4日（火）	昼	ごはん、かじきのてりやき、スパゲッティサラダ、チンゲン菜のみそ汁
	おやつ	昆布せんべい、バナナ、牛乳
5日（水）	おやつ	五平餅、はるみ、牛乳
6日（木）	おやつ	はるさめスープ、牛乳
7日（金）	おやつ	コロッケパン、牛乳
13日（木）	おやつ	おにぎり、りんご、牛乳
14日（金）	おやつ	ブルーベリージャムサンド、はるみ、牛乳
15日（土）	おやつ	米粉のカップケーキ（メープル風味）、バナナ、牛乳
20日（木）	おやつ	きなこ揚げパン、デコボン、牛乳

19日（木）のカレーライスの献立の日に「救給カレー」という防災食をちゅうりっぷ・さくら組におかわりとして体験して頂く予定です。



以上に変更させていただきます。よろしくお願いたします。