

第二ゆりかごWEC学院

2025



給食だより

厳しい寒さが続いています、体調を崩したりしていませんか？2月は一年で一番寒い月です。少しずつですが、日が暮れる時間が遅くなっていきます。2日は節分、3日の立春と暦の上では春を迎えます。だんだんと春が近づいてくるのが待ち遠しいですね。寒い冬もあと少し！元気に冬を乗り切りましょう。



おいしく食べるための食事のマナー

★ マナーを身につけるためには、毎日くり返し伝えることが大切です ★

「食事の用意」

ごはんは左側、汁物は右側、おかずは奥、はしやスプーンは手前に置き、盛り付けや配膳などできる範囲でお手伝いをしてもらおうようにしましょう。



「姿勢」

椅子に深く腰掛け、足の裏が床にしっかりつくようにしましょう。届かない場合は、座布団や踏み台で調整しましょう。



「あいさつ」

「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとうございました」と料理を作ってくれた人、命をくれた動物や野菜に感謝の気持ちを込めて、あいさつしましょう。



「片づける」

食べ終わった食器を運ぶなど、お手伝いが出来たら褒めてあげましょう。褒められると子供は喜びます。その行動が自然と身に付くといわれています。



★ 食事の場において、一緒に食べる相手に不快な思いをさせてしまったり、せっかくの食事もだいなしになってしまいます。もちろん大人になってからの食事のマナーも大切ですが、もっと根本的な食事のマナーは小さい頃の習慣が影響します。子どもに基本的な食事のマナーを教え、身につけさせるのは大変ですが、社会に出れば大切なことです。毎日の積み重ねで食事のマナーは身に付きます。ご家庭でも声かけをお願いします。 ★



2月3日は節分メニュー！



★メニュー★

- ・おにっこライス
- ・エビフライ
- ・ブロッコリーサラダ
- ・しめじのスープ

可愛い鬼が登場します。
お楽しみに♪

2月 献立表

※フルーツは、りんご、バナナ、オレンジ、いちごの中からの使用となります。

曜日	【節分】					土
日						1
献立	節分には「季節の変わり目」という意味があります。昔は「災害・やまい・飢饉（ききん）」などは鬼の仕業とされていました。魔の目「魔目＝まめ」に豆を投げつけて魔を滅する「魔滅＝まめ」という意味があるそうです。邪気を払い、福を呼び込みたいという願いが込められています。豆まきをして、福をたくさん呼び込みましょう。					野菜醬油ラーメン 小松菜とちくわのナムル フルーツ
おやつ						わかめおにぎり 野菜ジュース
日	3	4	5	6	7★世界の料理	8
献立	おにっこライス エビフライ ブロッコリーサラダ しめじのスープ フルーツ	ごはん 牛肉と厚揚げの味噌煮 中華風サラダ ほうれん草のすまし汁 トマト	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き グリーンサラダ なすの味噌汁 トマト	ごはん カレーの煮付け キャベツのごま和え 糎みその根菜汁 フルーツ	ごはん ブラジル風唐揚げ ポテトサラダ 白菜のスープ トマト	そぼろ丼 具だくさんスープ フルーツ
おやつ	立春大福/鬼まんじゅう お茶	コーンポタージュ クラッカー	カステラサンド 牛乳	いちごパンケーキ 牛乳	ポンデケーキ ホットカルピス	メロンパン 牛乳
日	10	11	12	13	14★お誕生会	15
献立	ごはん さばの塩焼き 大豆のひじき煮 白菜の味噌汁 フルーツ	建国記念の日 	豆腐ブレッド ほうれん草のスパゲティ 花野菜サラダ キャベツのスープ トマト	ごはん 白身魚の味噌チーズ焼き ひじきサラダ にゅうめん フルーツ	チキンライス ハートのコロケ マカロニサラダ ピーツのポタージュース フルーツ	焼きそば いんげんのごま和え フルーツ
おやつ	たい焼き お茶		アメリカンドッグ 牛乳	ヨーグルトドーナツ 牛乳	米粉ココアブラウニー ホットカルピス	若菜おにぎり 野菜ジュース
日	17★千切大根の日	18	19	20	21	22
献立	ごはん 鱈のマヨネーズ焼き 千切大根の煮物 キャベツの味噌汁 トマト	ごはん 高野豆腐の中華風炒め煮 白菜とツナのごま香りとえ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏肉のはちみつレモン風味焼き 菜の花のお浸し じゃが芋の味噌汁 トマト	ごはん すき焼き風煮 スパゲティサラダ 小松菜の赤だし トマト	ごはん 白身魚のごま照り焼き おでん フルーツ	焼き鳥丼 具だくさん味噌汁 フルーツ
おやつ	豆乳プリンタルト ココア	ストロベリー風マフィン 牛乳	マドレーヌ 牛乳	ふかし芋 お茶	ピザトースト 牛乳	クリームパン 牛乳
日	24	25	26	27	28★まごわやさしいデー	
献立	振替休日 	ごはん 白身魚のフライ ほうれん草のごま和え けんちん汁 フルーツ	キーマカレー もやしのナムル フルーツ	豆腐ブレッド 豆乳味噌グラタン キャベツのサラダ 春雨スープ トマト	しらす若菜ごはん 豆腐入り玉子焼き もやしの磯和え さつま芋の味噌汁 フルーツ	
おやつ		黒糖蒸しパン 牛乳	しっとりおからケーキ ココア	吉野鶏めしおにぎり お茶	芋ぜんざい お茶	

はな組(完了期)・つぼみ組・もも組(1・2歳児)

曜日	月	火	水	木	金	土
日						1
おやつ						ウエハース 牛乳
日	3	4	5	6	7	8
おやつ	コーンフレーク 牛乳	ビスケット 牛乳	人参スティック お茶	クラッカー 牛乳	ちりめん お茶	ビスコ 牛乳
日	10	11	12	13	14	15
おやつ	せんべい 牛乳	建国記念日	黄桃缶	ウエハース 牛乳	クラッカー 牛乳	ビスケット 牛乳
日	17	18	19	20	21	22
おやつ	クッキー 牛乳	チーズ お茶	パン りんごジュース	ちりめん お茶	人参スティック お茶	クラッカー 牛乳
日	24	25	26	27	28	
おやつ	振替休日	ビスケット 牛乳	ビスコ 牛乳	せんべい 牛乳	みかん缶	