

給食だより

子供の家幼稚園

2月の献立

月	火	水	木	金	土
					1
					肉うどん かぼちゃの煮物 パイン缶 ★クッキー
3 チーズ	4 バナナ・牛乳	5 ふかしもち・牛乳	6 ヨーグルト	7 フレーク・牛乳	8
巻きずし 白身魚のフライ ゆでやさい ふのすまし汁・牛乳 ★フィッシュチップ	スパゲッティナポリタン スープ ヨーグルト ★おにぎり	ごはん チキンカレー パンサンスー フルーツポンチ ★クッキー	雑穀米 豚カツ ほうれん草のごま和え 赤だし・牛乳 ★マカロニきな粉	雑穀米 肉じゃが ブロッコリーのマヨ和え パイン缶・牛乳 ★ほうれん草パン	チャーハン 肉団子スープ ゼリー ★ばん
10 チーズ	11 傘	12 ふかしもち・牛乳	13 おべんとうの日	14 おたんじょう会	15
ロールパン ソーセージのポトフ ブロッコリーサラダ 牛乳 ★おにぎり	建国記念の日	雑穀米 キッズマーボー豆腐 中華スープ くだもの・牛乳 ★蒸しパン	 ★おやつは用意します	雑穀米 魚のフライ きゅうりとわかめ酢物 みそ汁・牛乳 ★焼きもち	肉うどん かぼちゃの煮物 くだもの ★クッキー
17 チーズ	18 バナナ・牛乳	19 ふかしもち・牛乳	20 ヨーグルト	21 フレーク・牛乳	22
シーフードドリア やさいスープ くだもの ★鬼まんじゅう	スパゲッティナポリタン スープ ヨーグルト ★おにぎり	ごはん チキンカレー パンサンスー フルーツポンチ ★ジャムサンド	雑穀米 豚カツ ほうれん草のごま和え 赤だし・牛乳 ★マカロニきな粉	雑穀米 肉じゃが ブロッコリーのマヨ和え パイン缶・牛乳 ★ほうれん草パン	チャーハン 肉団子スープ ゼリー ★ばん
24 傘	25 バナナ・牛乳	26 ふかしもち・牛乳	27 ヨーグルト	28 フレーク・牛乳	
振替休日	五目ラーメン カリフラワーサラダ くだもの 牛乳 ★おにぎり	雑穀米 キッズマーボー豆腐 中華スープ りんご・牛乳 ★蒸しパン	雑穀米 鶏肉のごまみそ焼き 切り干し大根サラダ すまし汁・牛乳 ★ふのラスク	雑穀米 魚のフライ きゅうりとわかめ酢物 みそ汁・牛乳 ★焼きもち	

2月です

2025年

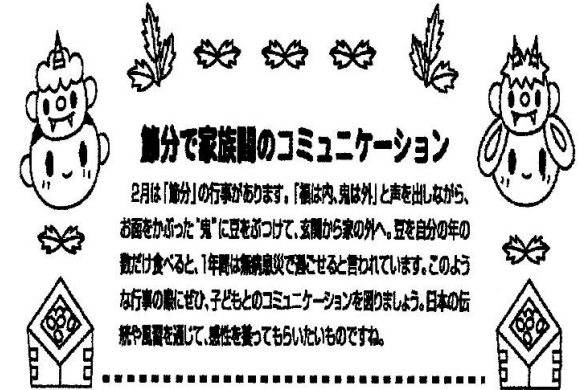


暦の上では春ですが、まだまだ寒さのきびしい時期が続きます。かぜやインフルエンザに負けず元気に過ごすにはバランスよく好き嫌いなく食べることが大切です。

今年は、2月2日が節分です。

給食では、3日に恵方巻きを予定しています。

★今年の願い事が叶いますように・・・



節分で家族間のコミュニケーション

2月は「節分」の行事があります。「節は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった「鬼」に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の機にぜひ、子どもとのコミュニケーションを深めよう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってほしいものです。

ドクターからのひと言

水で流し込んでいませんか？

水やお茶の流し込みで、食べ物を飲み込む子どもを見かけます。私たちは食べ物を口の中に入れて咀嚼し、唾液と混ぜ合わせて飲み込みやすい塊を作り、舌を使いながらのどの奥へ移動させて飲み込みます。しかし、水分で流し込んでしまうと舌をあまり使わなくなってしまう、嚥下障害の原因になります。咀嚼のリズムと嚥下を育てることが大切なのです。

