

2月の園だより

令和3年2月1日（月）発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 永井

今年の節分は、2月2日です。保育園では、毎年恒例の「豆まき会」を行います。「今年一年、新型コロナウイルス感染症に負けずに、元気に過ごせますように。」と願いを込めて、豆まきをしたいと思います。今年も、遠いお山から赤鬼と青鬼が登場するかもしれませんが、子ども達の心の中にいる悪い鬼（好き嫌い鬼や病気鬼など）を退治したいと思います。

節分の翌日は、立春。暦の上では、春になりますが、今年の冬は、寒い日が多く、例年より積雪も多いです。送迎の際には、園舎前の道路が凍結している時がありますので、転倒しないように十分気を付けて下さい。また、運転の際も時間に余裕を持って、安全運転に心掛けましょう。

今月も引き続き、新型コロナウイルス感染症予防対策へのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

2月生まれのおともだち

☆おたんじょうび おめでとう☆

☆退園のお友達☆



☆年度末に伴い、2月の集金は2ヶ月分（2月・3月）まとめた集金となります。（絵本代の業者への支払い・保護者会費決算の為）ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。

☆新型コロナウイルス感染症拡大予防にご協力頂きありがとうございます。今後も、うがい・手洗いを励行し、マスクの着用のご協力と、朝夕の登降園時は、玄関受け入れの対応をお願い致します。また、全園児、登園前には必ず検温し、連絡帳に記入して頂くようお願い致します。園児に症状が無い場合でも、家族や身近な方に新型コロナウイルス等の濃厚接触者または感染者が出た場合は、必ずお知らせして頂くよう、お願い致します。



☆2月の行事予定☆

- 1日（月）安全点検
- 2日（火）豆まき会 鶉住居小学校 入学説明会
- 4日（木）体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 9日（火）修了記念写真撮影10時～
- 10日（水）保護者幹事会18時～
- 12日（金）チャレンジクッキング（ぱんだ組）
- 15日（月）読み聞かせの会
（りす・うさぎ・ぱんだ組）
- 16日（火）甲子小学校一日入学
- 17日（水）双葉小学校体験入学
- 18日（木）体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 19日（金）誕生会

～子育て支援センター行事～

- 3日（水）みんなのひろば（豆まき会）
 - 17日（水）のびのびサークル（お楽しみ会）
- ※ 毎週水曜日の午前中に身体測定を行っています。

☆飛び出し危険☆

冬時期の登降園の時間帯は、道路が凍結していたり、日暮れも早く、見通しが悪い為、大変危険です。送迎の際には、時間に余裕を持ち、園舎付近では、必ず徐行しましょう。尚、園舎の門扉前は、飛び出しや 事故防止の為、全日駐車禁止としますので、ご協力をお願い致します。



☆各クラスよい☆



《ぱんだ組》もうすぐ節分です。子ども達は、自分の心の中にいる鬼を退治しようと、個性豊かな鬼のお面が完成しました。豆まき会では、完成したお面を使って、豆まきごっこを楽しみたいと思います。今月は、バレンタインという事で、チャレンジクッキングを行いますので、体調には、十分に気を付けて過ごしていきたいですね。

《うさぎ組》先日の個人面談では、短い時間ではありましたが、お話をすることができて良かったです。ありがとうございました。今月はさっそく、節分"豆まき会"があります。「おにはそと！ふくはうち」と豆を投げて、心の中の鬼を退治できるといいですね。

《りす組》雪が降り積もり、思い切り雪遊びを楽しむ事ができました。雪合戦にアイス屋さん、雪だるま作り…と寒さに負けずに楽しみました。今月は豆まき会があります。1年の健康を願い、元気いっぱい豆まきができるといいですね！！

《ひよこ2組》先月は、お忙しい中、個人面談に来ていただき、ありがとうございました。子ども達は毎日、着替えや片付け等、身の回りの事に意欲的に挑戦していますよ。りす組に進級するまでの残り2か月で、少しずつできる事を増やしていきたいですね。

《ひよこ1組》例年に比べ、今年は寒い日が続いています。衣服の調整を行いながら、元気に過ごしたいと思います。ひよこ2組進級に向け、衣服の着脱やトイレトレーニングにも挑戦しています。お家でも、「自分で」の気持ちを見守りながらお手伝いしてあげて下さいね。





2月の献立表



ひよこ0組・ひよこ1組・ひよこ2組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
1日 幼児牛乳	2日 豆まき会 幼児牛乳	3日 ヨーグルト	4日 幼児牛乳	5日 ヨーグルト	6日 幼児牛乳
豆腐の中華煮 スパゲティサラダカレー味 じゃが芋の甘みそかけ きのこの清汁 果物 (オレンジ) 米飯	豆腐入りハンバーグ スパゲティナポリタン ブロッコリーのおかか和え みそ汁 果物 (苺) 米飯	鯖のみそ煮 せん切サラダ 一口がんもの含煮 清汁 果物 (バナナ) 米飯	野菜入り炒り卵 白菜とハムのサラダ 高野豆腐のおかか煮 みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯	カレーうどん ブロッコリーのチーズ焼 蓮根とじゃこ炒め 果物 (りんご)	食パン ウィンナーのポトフ煮 いり卵のケチャップソースかけ 胡瓜もみ 果物
ジョア ごまラスク	麦茶 おたのしみクッキー	麦茶 みそお焼き	麦茶 ヨーグルト和え	幼児牛乳 とちおとめサンド	ゼリー お菓子
エネルギー 580Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 20.0g	エネルギー 515Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 16.4g	エネルギー 526Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 13.9g	エネルギー 456Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 17.8g	エネルギー 497Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 15.4g	エネルギー 566Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 21.2g
8日 幼児牛乳	9日 ヨーグルト	10日 幼児牛乳	11日 建国記念の日	12日 ヨーグルト	13日 幼児牛乳
鮭のマヨネーズ焼き 春雨のいり煮 カリフラワーカレー味 みそ汁 果物 (みかん) 米飯	ささみのフライ甘辛からめ キャベツとオホーツク和え 赤黄ピーマンソテー みそ汁 果物 (りんご) 米飯	ポークビーンズ 若布とツナソテー 法蓮草ののりしょう油和え 卵スープ 果物 (バナナ) 米飯	建国記念の日 	卵とじタンメン 南瓜いとこ煮 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (苺)	十勝スティックパン しらすとはんぺんと 若布のスープ 人参しりしり 胡瓜の甘みそかけ ペビーチーズ
莓ヨーグルトミルク ふかし芋	ミルクゼリー ぱりんこ	麦茶 シリアルクリームかけ		幼児牛乳 ココア蒸しパン	ヨーグルト お菓子
エネルギー 497Kcal たんぱく質 20.9g 脂質 13.3g	エネルギー 521Kcal たんぱく質 20.3g 脂質 11.1g	エネルギー 469Kcal たんぱく質 17.4g 脂質 12.6g		エネルギー 522Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 14.0g	エネルギー 560Kcal たんぱく質 24.1g 脂質 19.0g
15日 幼児牛乳	16日 ヨーグルト	17日 幼児牛乳	18日 ヨーグルト	19日 誕生会 幼児牛乳	20日 幼児牛乳
野菜焼肉 シルバーサラダ 長芋の甘みそかけ 清汁 果物 (オレンジ) 米飯	麻婆豆腐 ひじき入りポテトサラダ 小松菜ともやしのカレー和え みそ汁 果物 (りんご) 米飯	親子煮 切干大根の酢の物 キャベツのごま和え みそ汁 果物 (バナナ) 米飯	揚げ魚の三色あんかけ ビーフソテー 水菜ともやしのお浸し みそ汁 果物 (みかん) 米飯	ロールパン クリームシチュー マカロニケチャップソテー ブロッコリーごま和え トマト 果物 (レットグローブ)	カレーライス 卵スープ マカロニサラダ ミニトマト 果物
ジョア ロールケーキ	麦茶 きなこ団子	麦茶 焼うどん	麦茶 さつま芋入り蒸しパン	幼児牛乳 ケーキドレ	ヨーグルト お菓子
エネルギー 598Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 17.1g	エネルギー 515Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 11.6g	エネルギー 473Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 14.0g	エネルギー 505Kcal たんぱく質 19.5g 脂質 13.2g	エネルギー 542Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 23.9g	エネルギー 594Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 17.7g
22日 幼児牛乳	23日 天皇誕生日	24日 ヨーグルト	25日 幼児牛乳	26日 ヨーグルト	27日 幼児牛乳
味噌おでん キャベツ二色マヨドレ和え 二色ナムル 清汁 果物 (みかん) 米飯	天皇誕生日 	ハンペンフライ 野菜いため ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯	鶏肉グラタン ひじきと豚肉のソテー 白菜ののりしょう油和え 野菜スープ 果物 (バナナ) 米飯	みそラーメン 法蓮草の三色ナムル 金時豆の煮豆 トマト 果物 (苺)	和風ツナスパゲティ ペビーチーズ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物
ジョア 和風パエリアピザ		麦茶 キャロットケーキ	麦茶 おから入り揚げドーナッツ	幼児牛乳 ジャムバターパン	ヨーグルト お菓子
エネルギー 496Kcal たんぱく質 20.9g 脂質 14.8g		エネルギー 518Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 14.9g	エネルギー 587Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 19.7g	エネルギー 590Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 19.0g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 21.0g

給食室からお知らせ

- 12日(金)は、ばんだ組のチャレンジクッキングをする予定です。
- 2、3月分は、ばんだ組のリクエストメニューが入っています。

楽しみにしていて下さい！
メニューは変更になる場合があります。

旬の食材おもしろ雑学

カリフラワー

カリフラワーはキャベツの仲間で、食べる部分は花の芽。カリフラワーと似た野菜にブロッコリーがありますが、ブロッコリーは花芽が発達してツボミになったもの。ちなみにカリフラワーは淡色野菜にもかかわらず、ビタミンCの含有量が野菜の中でもトップクラス。

節分ってなあに？

節分は本来は各季節の始まりの日(立春・立夏・立秋・立冬)の前日のこと。とくに立春の前日の2月3日(今年は2日)が重要視されるようになりました。節分には豆まきをしたり、恵方巻を食べる風習があります。とくに豆まきは、子ども達が楽しみにしているイベントの1つ。節分に豆をまくのは、穀物である豆には「生命力と魔除けの力」が備わっているとされています。子どもには「豆には鬼を追い払う力があるので、豆をまいて鬼を追い払って、みんなの健康をお願いしようね」と伝えましょう。

豆腐入りお好み焼き

【材料】(6~8個分)

- ・絹ごし豆腐…200g
- ・小麦粉…100g
- ・卵…1ヶ
- ・水…100mL
- ・かつお節…大さじ3
- ・白菜…100g
- ・油…適宜
- ・ソース…適宜
- ・マヨネーズ…適宜

【作り方】

- ①ボウルに豆腐を入れて、泡だて器で混ぜてトロトロにする。
- ②Aの材料を加え混ぜ、粗みじんにした白菜を入れて混ぜ合わせる。
- ③ホットプレートを170℃に温めて油を薄くひき、②をのせ、5分ほど焼いたら裏返して両面焼く。
- ④ソース、マヨネーズ、コーンでトッピングをして完成！



2月の献立表



りす組・うさぎ組・ぱんだ組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
1日	2日 豆まき会	3日	4日	5日	6日
豆腐の中華煮 スパゲティサラダカレー味 じゃが芋の甘みそかけ きのこの清汁 果物 (オレンジ)	豆腐バーグ スパゲティナポリタン ブロッコリーのおかか和え みそ汁 果物 (苺)	鯖のみそ煮 せん切サラダ 一口がんもの煮 清汁 果物 (バナナ)	野菜入り炒り卵 白菜とハムのサラダ 高野豆腐のおかか煮 みそ汁 果物 (オレンジ)	ご飯はいりません カレーうどん ブロッコリーのチーズ焼 蓮根とじゃこ炒め 果物 (りんご)	ご飯はいりません 食パン ウィンナーのポトフ煮 いり卵のケチャップソースかけ 胡瓜のみ 果物
ジョア ごまラスク	おしどり牛乳 おたのしみクッキー	おしどり牛乳 みそ焼き	おしどり牛乳 ヨーグルト和え	おしどり牛乳 とちおとめサンド	ゼリー お菓子
エネルギー 485Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 21.2g	エネルギー 537Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 22.9g	エネルギー 487Kcal たんぱく質 24.6g 脂質 20.5g	エネルギー 419Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 22.6g	エネルギー 575Kcal たんぱく質 25.1g 脂質 17.3g	エネルギー 609Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 19.3g
8日	9日	10日	11日	12日 クッキング	13日
鮭のマヨネーズ焼き 中華サラダ カリフラワーカレー味 みそ汁 果物 (みかん)	ささみのフライ甘辛からめ キャベツとおポーク和え 赤黄ピーマンソテー みそ汁 果物 (りんご)	ポークビーンズ 若布とツナソテー 法蓮草のりしょう油和え 卵スープ 果物 (バナナ)	建国記念日 	ご飯はいりません 卵とじタンメン 南瓜いとこ煮 法蓮草のマヨドレ トマト 果物 (苺)	ご飯はいりません 十勝スティックパン しらすとはんぺんと ブロッコリーマヨドレ 若布のスープ 人参しりしり 胡瓜の甘みそかけ ベビーチーズ 果物
毎ヨーグルトミルク ふかし芋	ミルクゼリー ぱりんこ チーズボール	おしどり牛乳 シリアルクリームかけ		おしどり牛乳 ココア蒸しパン	ヨーグルト お菓子
エネルギー 389Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 13.8g	エネルギー 460Kcal たんぱく質 26.3g 脂質 16.5g	エネルギー 409Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 14.4g		エネルギー 625Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 18.9g	エネルギー 625Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 18.9g
15日	16日	17日	18日	19日 誕生会	20日
野菜焼肉 シルバーサラダ 長芋の甘みそかけ 清汁 果物 (オレンジ)	麻婆豆腐 ひじき入りポテトサラダ 小松菜ともやしのカレー和え みそ汁 果物 (りんご)	親子煮 切干大根の酢の物 キャベツのごま和え みそ汁 果物 (バナナ)	揚げ魚の三色あんかけ ピーマンソテー 水菜ともやしのお浸し みそ汁 果物 (みかん)	ご飯はいりません ロールパン クリームシチュー マカロニケチャップソテー ブロッコリーごま和え トマト 果物 (レタスグロブ)	ご飯を持って来て下さい カレー (バーモント) 卵スープ マカロニサラダ ミニトマト 果物
ジョア ロールケーキ	おしどり牛乳 きなこ団子	おしどり牛乳 焼うどん	おしどり牛乳 さつま芋入り蒸しパン	おしどり牛乳 ケーキデコレ	元氣ヨーグルト 星たべよ
エネルギー 503Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 17.1g	エネルギー 445Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 15.5g	エネルギー 428Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 17.7g	エネルギー 511Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 22.5g	エネルギー 685Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 28.3g	エネルギー 476Kcal たんぱく質 16.9g 脂質 16.7g
22日	23日	24日	25日	26日	27日
味噌おでん キャベツ二色マヨドレ和え 二色ナムル 清汁 果物 (みかん)	天皇誕生日 	ハンペンフライ 野菜いため ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物 (オレンジ)	鶏肉グラタン ひじきと豚肉のソテー 白菜のりしょう油和え 野菜スープ 果物 (バナナ)	ご飯はいりません みそラーメン 法蓮草の三色ナムル 金時豆の煮豆 トマト 果物 (苺)	ご飯はいりません 和風ツナスパゲティ ベビーチーズ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物
ジョア 和風バリバリピザ		おしどり牛乳 キャロットケーキ	おしどり牛乳 おから入り揚げドーナッツ	おしどり牛乳 ジャムバターパン	ヨーグルト お菓子
エネルギー 386Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 13.6g		エネルギー 479Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 20.9g	エネルギー 569Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 25.4g	エネルギー 592Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 17.9g	エネルギー 616Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 21.0g

給食室からお知らせ

- ・12日(金)は、ぱんだ組のチャレンジクッキングをする予定です。
- ・2、3月は、ぱんだ組のリクエストメニューが入っています。楽しみにしていて下さい。
- ・20日(土)利用の場合はご飯を持たせて下さい。
- ・メニューは変更になる場合があります。

旬の食材おもしろ雑学

カリフラワー

カリフラワーはキャベツの仲間で、食べる部分は花の芽。カリフラワーと似た野菜にブロッコリーがありますが、ブロッコリーは花芽が発達してツボミになったもの。ちなみにカリフラワーは淡色野菜にもかかわらず、ビタミンCの含有量が野菜の中でもトップクラス。

節分ってなあに？

節分は本来は各季節の始まりの日(立春・立夏・立秋・立冬)の前日のこと。とくに立春の前日の2月3日(今年は2日)が重要視されるようになりました。節分には豆まきをしたり、恵方巻を食べる風習があります。とくに豆まきは、子ども達が楽しみにしているイベントの1つ。節分に豆をまくのは、穀物である豆には「生命力と魔除けの力」が備わっているとされています。子どもには「豆には鬼を追い払う力があるので、豆をまいて鬼を追い払って、みんなの健康をお願いしようね」と伝えましょう。

豆腐入りお好み焼き

【材料】(6~8個分)

- ・絹ごし豆腐…200g
- ・小麦粉…100g
- ・卵…1ヶ
- ・水…100mL
- ・かつお節…大きじ3
- ・白菜…100g
- ・油…適宜
- ・ソース…適宜
- ・マヨネーズ…適宜

【作り方】

- ①ボウルに豆腐を入れて、泡だて器で混ぜてトロトロにする。
- ②Aの材料を加え混ぜ、粗みじんにした白菜を入れて混ぜ合わせる。
- ③ホットプレートで170℃に温めて油を薄くひき、②をのせ、5分ほど焼いたら裏返して両面焼く。
- ④ソース、マヨネーズ、コーンでトッピングをして完成!