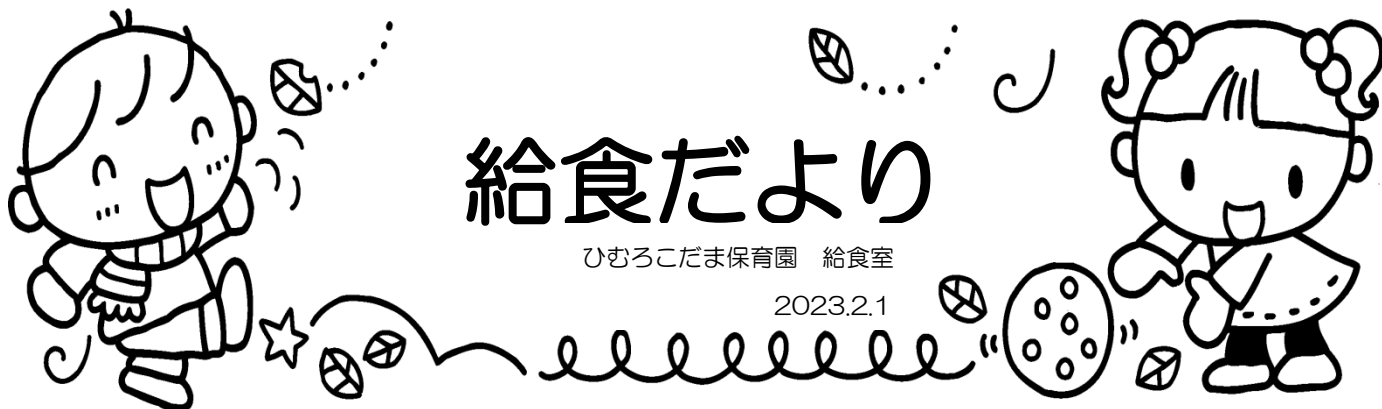


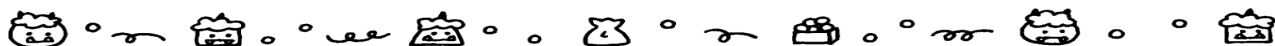


給食だより

ひむろこだま保育園 給食室

2023.2.1

暦の上では「春」ですが、一年で一番寒いのが2月。風邪やインフルエンザやコロナなどの感染症が流行するこの季節。外から帰ったらすぐに手洗い・うがいをし、バランスの良い食事と十分な睡眠をとるなどの予防対策をとって、風邪に負けないようにしましょう。



誕生会の献立紹介

節分です。「鬼は外 福は内」一年の健康を願って・・・。

(給食)

- ・手巻き寿司 (幼児)
かにかまぼこ・キュウリ・コーンツナマヨネーズを自分で巻いて食べます
- ・二色おにぎり (乳児)
- ・ほうれん草の白和え
- ・鮭の粕汁

(おやつ)

- ・ブランマンジェ 苺ソースかけ



節分の話

・節分とは字の通り。季節の変わり目のことで立春の前日を節分といいます。

豆まき

「鬼は外、福は内」と言って豆をまき、その豆を年の数だけ食べるという日本独特の風習があります。「鬼」は冬の寒さや病気、災難などの悪いことを表しています。豆を食べるのは健康(まめ)に暮らせるようにという縁起によるものです。

ひいらぎ

鬼は柵の葉のトゲで目を突かれるのが嫌で逃げ、鬼が家の中に侵入するのを防ぐ、という意味があるそうです。

旬の野菜 カリフラワーいろいろ

- ・野生種の「ケール」を起源とし、突然変異でブロッコリーが白くなったと言われています。茎や葉も食べられます。

紫カリフラワー

紫色はアントシアニンによるもので、その中でも「バイオレットクイン」は茹でると緑色に「パープルフラワー」は茹でると青紫になります。

オレンジブーケ

オレンジ色はβカロテンによるもので、茹でるとあざやかなオレンジ色になります。

カリフローレ

スティック状のカリフラワーで甘味がありやわらかい。

継続児のアレルギー申請書提出のお願い

保育園では半年に一回、アレルギー除去食の申請書の提出をお願いしております。

お忙しい中、お手数ですが病院を受診していただき、提出してください。提出後面談を予定しています。

提出期限

2月18日(土)

期限厳守していただきますよう、ご協力お願い致します。

都合により、遅れる場合はお知らせください。