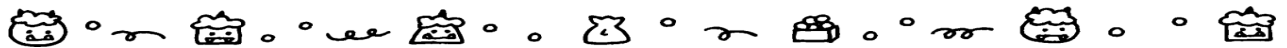


暦の上では「春」ですが、一年で一番寒いのが2月。風邪やインフルエンザが流行するこの季節。外から帰ったらすぐに手洗い・うがいをし、バランスの良い食事と十分な睡眠をとるなどの予防対策をとって、風邪に負けないようにしましょう。



### 節分の恵方巻きって？

「恵方巻き」とは、節分の夜に食べる縁起物の太巻きの事です。暦のうえで春を迎える節分の日、1年の災いを払う厄落としや商売繁盛を願う意味で、太巻きをその年の恵方（今年は西南西）に向かって丸かじりをするのが習わしとされています。

### 豆まき

「おには外、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。豆を食べるのは健康に暮らせるようにという意味があります。



### 誕生会の献立

#### 給食

- 巻き寿司（5歳児は手巻き寿司をします）  
乳児クラスは鬼のちらし寿司
- 花野菜サラダ
- みかん
- 湯葉のすまし汁

#### おやつ

- ウィンナーロールパン



### 朝ごはんにおすすめ！

#### ウィンナーロールパン

誕生日会のおやつウィンナーロールパン、忙しい朝に簡単に作れて食べやすいパンのレシピを紹介します。

サンドイッチ用のパン 1枚

スライスチーズ 1枚

ウィンナー1本 ケチャップ 適量

・食パンにケチャップを塗り、スライスチーズ、ウィンナーをのせて、くるくる巻き、アルミホイルで包んでオーブントースターで5分くらい焼いたら完成！手で持って食べられます。美味しいですよ！是非、お試しください。

### 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

#### 提出期限

3月19日（木）

期限を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。