

2月 食育だより

令和7年1月31日発行 豊川こども園給食

歴の上では春ですが、一年で一番寒い時期です。
風邪がとても流行する季節。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
水分を取るなどの予防策をしっかりと行い、厳しい寒さを
乗り越えましょう。

2月は節分です。園でも節分メニューを予定しています。



世界料理の10カ国目は『インド』

☆Menu キーマカレーライス

彩り野菜・りんご

☆おやつ ラドゥ



インド



今回はご飯にターメリックを入れ、ターメリックライス
にしました。キーマカレーは大豆と野菜たっぷり
栄養満点です☆

おやつのだんごは、黄粉とごま入りの揚げだんごです。
もちもちで子供たちも喜んで食べてくれました。



2月のこんだて

月	火	水	木	金	土
 2/18(火)に世界料理を予定しています。 今回は中国です☆お楽しみに！ 					〓 カレーうどん 棒チーズ 職員研修会
〇 そぼろ丼 キャベツのおかか和え お麩とわかめのすまし汁 ※白ご飯いりません 金棒ドーナツ	4 赤魚のカレーマヨ焼き もやしの中華和え 枝豆	5 筑前煮 ソーセージソテー ブロッコリー	6 サバの味噌煮 ひじきサラダ サニーレタス	7 ハヤシライス 果物 ※白ご飯いりません	8 インディアンズパグティ ミニゼリー
10 きのことスープ 刻み昆布とツナの炒め煮 ジャムサンド	〓 建国記念の日 	12 サバのしぐれ煮 キャベツのゆかり和え ブロッコリー やせうま	〓 お弁当の日 	14 タンドリーチキン コールスロー レタス 野菜ジュースゼリー・お菓子	16 あんかけちゃんぽん 果物 お菓子
17 コーンシチュー ウインナー 果物 ロールケーキ	18 酢豚 中華サラダ 果物 マーラカオ	19 赤魚の洋風焼き ほうれん草のナムル サニーレタス 果物・お菓子	20 八宝菜 シュウマイ 枝豆 しらすゆかりおにぎり	21 サバのカレー煮 蓮根サラダ ブロッコリー パン	22 味噌煮込みうどん ミニゼリー お菓子
24 振替休日	25 親子汁 レバーのマリアナソース 果物 チーズ蒸しパン	26 ポークカレーライス 豆腐サラダ 福神漬 ※白ご飯いりません マカロニみたらし	27 キャベツの寄せ焼き 大根のショウガ煮 ブロッコリー トライフル	28 牛肉と厚揚げのうま煮 ひじきのソフトふりかけ 果物 オレンジトースト	

行事等により、献立を多少変更することがあります。

節分

節分とは、文字通り季節の分かれ目。
現在は立春（2月4日頃）の前日を節分といいます。
節分に行く豆まきは、季節の変わり目に起こりがちな
病気や災害を鬼に見立て、それを追い払う儀式。

2025年の節分は2月2日

恵方は『西南西』です。

「恵方」とは、その年の幸運を司る神様「歳徳神」
がいる場所を指します。徳神のいる場所は
年によって変わります。

<梅組クッキング>



1/27 トマトソースづくり

1/28 ピザパーティー

<ピザの具>

えび・ウインナー・玉葱・ピーマン
コーン・チーズ・トマトソース



梅組さんが作ったピザ



難しい包丁も頑張りました☆



トマトや野菜のクイズ



トマトソースの味比べ
(煮込む前と煮込んだ後)



トッピングも上手にできました



梅組さんも園のみんなもいつもよりよく食べておかわりしました♡

2月 食育だより

令和7年1月31日発行 豊川こども園給食

歴の上では春ですが、一年で一番寒い時期です。
風邪がとても流行する季節。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
水分を取るなどの予防策をしっかりと行い、厳しい寒さを
乗り越えましょう。

2月は節分です。園でも節分メニューを予定しています。



世界料理の10カ国目は『インド』

☆Menu キーマカレーライス

彩り野菜・りんご

☆おやつ ラドゥ



インド



今回はご飯にターメリックを入れ、ターメリックライス
にしました。キーマカレーは大豆と野菜たっぷり
で栄養満点です☆

おやつのだんごは、黄粉とごま入りの揚げだんごです。
もちもちで子供たちも喜んで食べてくれました。



2月のこんだて

月	火	水	木	金	土
 2/18(火)に世界料理を予定しています。 今回は中国です☆お楽しみに！ 					㉒ カレーうどん 棒チーズ 職員研修会
㉓ そぼろ丼 キャベツのおかか和え お麩とわかめのすまし汁 ※白ご飯いりません 金棒ドーナツ	㉔ 赤魚のカレーマヨ焼き もやしの中華和え 枝豆	㉕ 筑前煮 ソーセージソテー ブロッコリー	㉖ サバの味噌煮 ひじきサラダ サニーレタス	㉗ ハヤシライス 果物 ※白ご飯いりません	㉘ インディアンズパグティ ミニゼリー
㉙ きのこスープ 刻み昆布とツナの炒め煮 ジャムサンド	㉚ 建国記念の日 	㉛ サバのしぐれ煮 キャベツのゆかり和え ブロッコリー やせうま	㉜ お弁当の日 	㉝ タンドリーチキン コールスロー レタス 野菜ジュースゼリー・お菓子	㉞ あんかけちゃんぽん 果物
㉟ コーンシチュー ウインナー 果物 ロールケーキ	㊱ 酢豚 中華サラダ 果物 マーラカオ	㊲ 赤魚の洋風焼き ほうれん草のナムル サニーレタス 果物・お菓子	㊳ 八宝菜 シュウマイ 枝豆 しらすゆかりおにぎり	㊴ サバのカレー煮 蓮根サラダ ブロッコリー パン	㊵ 味噌煮込みうどん ミニゼリー
㊶ 振替休日	㊷ 親子汁 レバーのマリアナソース 果物 チーズ蒸しパン	㊸ ポークカレーライス 豆腐サラダ 福神漬 ※白ご飯いりません マカロニみたらし	㊹ キャベツの寄せ焼き 大根のショウガ煮 ブロッコリー トライフル	㊺ 牛肉と厚揚げのうま煮 ひじきのソフトふりかけ 果物 オレンジトースト	

行事等により、献立を多少変更することがあります。

節分

節分とは、文字通り季節の分かれ目。
現在は立春（2月4日頃）の前日を節分といいます。
節分に行く豆まきは、季節の変わり目に起こりがちな
病気や災害を鬼に見立て、それを追い払う儀式。

2025年の節分は2月2日

恵方は『西南西』です。

「恵方」とは、その年の幸運を司る神様「歳徳神」
がいる場所を指します。徳神のいる場所は
年によって変わります。

<梅組クッキング>



1/27 トマトソースづくり

1/28 ピザパーティー

<ピザの具>

えび・ウインナー・玉葱・ピーマン
コーン・チーズ・トマトソース



梅組さんが作ったピザ



難しい包丁も頑張りました☆



トマトや野菜のクイズ



トマトソースの味比べ
(煮込む前と煮込んだ後)



トッピングも上手にできました



梅組さんも園のみんなもいつもよりよく食べておかわりしました♡