

# 給食だより

2月

令和7年1月31日  
ひまわりさかえこども園

暦の上では春ですが、寒い日々が続いています。そんな寒い日でも元気いっぱいの子ども達、しかしこの時期は、三寒四温という言葉があるように、寒くなったり暖かくなったりして体調を崩すこともあります。十分な睡眠と栄養のある食事で免疫力を上げ、元気いっぱいに過ごしましょう。



## 節分

節分は「季節を分ける」という意味があり、昔の日本では、春は一年の始まりとされ、大切にされてきました。そのため、春が始まる日を立春とし、その前日を冬と春を分ける日として『節分』と呼ぶようになりました。この日は邪気払いやみんなが健康で幸せに過ごせるように豆まきをしたり、鰯や恵方巻きを食べる風習があります。今年の節分は2月2日ですが、給食では、2月3日に【鬼ライス・鬼の金棒・鰯のつみれ汁】おやつ【恵方巻きロール】を出します。鬼ライスは鬼の顔を作り、髪はそばろをのせ、目や人参の角をつけます。鬼の金棒は豆腐入り肉団子とごぼうで作ります。はたしてどんな鬼ライスと金棒ができるのか!?



## バレンタイン

日本のバレンタインは女性から男性へチョコレートなどのプレゼントとともに愛を伝える日ですが、友達同士で贈り合うなど好意や感謝などを伝えたりもします。

この日のおやつは給食室のお気に入りの「豆腐ブラウニー」です。この日を楽しみにしている先生もいるとか? この豆腐ブラウニーは卵を使わない代わりに、生地に豆腐を混ぜて作ります。そうすると、ブラウニーのどっしりとした食感が再現されます。最後の仕上げは、粉砂糖でハートの飾りつけ! これで「豆腐ブラウニー ~愛を添えて~」の出来上がり♡  
給食室から愛のこもったプレゼントをお楽しみに♪



## だるまさんクッキー

1月31日のおやつはだるまさんクッキーでした。絵本のだるまさんをモチーフにして作っていて、子ども達に大人気の絵本です。絵本をモチーフにしたおやつはいつも試行錯誤しながら試作を作りますが、みんな喜んで食べてくれるので、腕の見せ所です! いつも読んでいる絵本のキャラクターが飛び出してきたみたいで子ども達はとても喜んで食べてくれます☆  
うまくできるか心配で、いつもハラハラドキドキしています(\*\*)



試作第一号

目の大きさや眉毛の形をどうするか悩みました



## 七草粥

1月7日の七草粥のクッキングでは、ゆり組さんはお米をこぼさずに上手に研いで、七草を包丁で切りました。お鍋でコトコト炊いた七草粥はほんのり苦みのある美味しいお粥に! 大満足のゆり組さんでした☆

ひまわり・すみれ組さんには、七草を見せて名前を言うと、興味津々の様子で見てくださいました♪  
こども園のみんなが一年健康に過ごせるように願いながら、今年も七草粥を美味しく食べました☆



包丁のお約束は真剣に!



米研ぎはお手の物!



いい香り~

## さつまいもごはん作り

12月12日、ひまわり組さんはさつまいもごはん作りをしました。園で採れたさつまいもは追熟されて、とてもおいしいさつまいもごはんができました。お米ができる過程やお米からどんな食品ができるのかなど、みんな真剣にお話を聞いてくれました。



お米クイズ、正解は誰かな?



おいしくできたかな?



おかわりいただきます!