

# 2がつのきゅうしょくだより

## 「おにはー そと！ ふくはー うち！」

2月3日は、節分です。節分は、季節が変わる前の日の事です。  
 今年は、どんな鬼を追い出しますか？ たくさんの鬼を追い出して、たくさんの福を呼びたいですね。  
 子ども達をはじめ、皆様にとって笑顔あふれる素敵な一年になりますように...。  
 そして、次の2月4日は、立春です。でも、一年で一番寒い季節ですね。  
 風邪もはやる頃です。栄養、睡眠、休養を充分にとって、この寒さを乗り切り  
 たいですね。

**誕生会 2月20日(火)**  
 おたんじょうび おめでとうございます！！

**お弁当の日**  
 2月6日(火)  
 お弁当と水筒を持たせて下さい。  
 よろしくお祈りします。

### あかちゃん、ようじの げりに ついて

あかちゃんやようじは、いろいろな げんいんで げりをおこします。  
 げんいんとして... さいきんやウイルスによる げり  
 ふてきせつな のみもの たべもの  
 ちょうにかんけいのない かせ

### きをつけて。。。

つめたすぎないもので すいぶんほきゅう  
 をしましょう。ゆざまし、おちゃ、しょうじょう  
 イオンいんりょうをのませますが、とうぶん  
 は げりをひどくすることがあります。

しんぱいな げりか、ようすをみていても よいげりかを みきわめることが たいせつです。  
 げりのほかに はいたり、ねつがでたり、しょくよくやげんきが なくなったりすることがあったら、  
 すぐに かかりつけの おいしやさんに みてもらいましょう。

### げりのときに ひかえたい たべもの

- ☆せんののおおいもの... はっぱもののくき、ごぼう、れんこん、かいそうるい、きのこるい
- ☆しぼうのおおいもの... バター、マーガリン、しょくぶつゆ、しぼうのおおい さかなやにく
- ☆にゆうとうをふくむもの... ぎゅうにゆう、ヨーグルト、チーズ
- ☆とうぶんのおおいもの... カステラ、プリン、ゼリーるい、くだもののかんづめ
- ☆かんきつるい... みかん、オレンジ、グレープフルーツ
- ☆つめたいもの... ゼリーるい、ヨーグルト、つめたいめん、アイスクリーム

### 乳児のこんだて

月; 26 ささ身の白菜煮 さつま芋スープ	火; 13・27 ささ身と大根の煮物 小松菜の和え物	水; 14・28 白身魚のプロッコリー煮 豆腐の味噌汁
木; 1・15 白菜のトロみスープ すりすりきゅうり	金; 2・16 うま煮 ほうれん草スープ	土; 3・17 きゃべつ入りうどん 大根の含め煮
月; 5・19 じゃが芋のスープ ささ身と大根の煮物	火; 6・20 ささ身のポテト煮 人参スープ	水; 7・21 ささ身のポテト煮 ほうれん草スープ
木; 8・22 かぼちゃのトロみ煮 ささ身の大根和え	金; 9・23 じゃが芋の白雪煮 白菜スープ	土; 10・24 煮込みうどん ポイルきゃべつ

2がつ11にち けんこくきねんのひ

くにが つくられた むかしの ことを かんがえて じぶんの くにに したしむ ところを そだてる  
 ひです。いろいろな くにに ある きねんびです。

- にほんの くにの はな... さくら
- にほんの くにの とり... きじ

- にほんの くにの スポーツ... すもう

- にほんで いちばん たかい やま... ふじさん

## 予 定 献 立 表

H. 19年2月  
 万ヶ塚保育園

日	未満児のおやつ	副 食	3時のおやつ
月 26	牛乳 カール	ごま風味のフライドチキン 白菜のゴマ酢和え かき玉汁	牛乳 ビスケットミルフィーユ
火 13	牛乳 いちご	味噌おでん 小松菜のしらす和え りんご	ミルク バナナ
水 14	牛乳 ミニクロワッサン	魚の揚げ煮 ポイルプロッコリー 豆腐の味噌汁・いちご	ミルク ベビーチーズ・ピーパリ
木 1 15	牛乳 玉子ボーロ	八宝菜 中華きゅうり 甘夏かん	ミルク ごませんべい
金 2 16	牛乳 味付けうずら	うま煮 もやしのナムル オレンジ	牛乳 豆腐ドーナツ
土 3 17	牛乳 えびせん	スパゲティーミートソース ピクルス	牛乳 ミニナッツパン
月 5 19	牛乳 うす焼きサラダ	ゴマ汁 大根と人参のきんぴら風炒め みかん	ミルク コパン
火 6 20	牛乳 バナナ	6日 <お弁当の日> 20日 <誕生会>	
水 7 21	牛乳 きなこ餅	大豆の五目煮 ほうれん草とコーンのソテー りんご	お茶 おぐら白玉
木 8 22	牛乳 プリッツ	冬野菜の具だくさんカレー ささ身と野菜ののりサラダ オレンジ	ヨーグルト いちご
金 9 23	牛乳 きゅうりのカリコリ漬け	白雪ひじき 納豆味噌 白菜スープ	牛乳 オープンサンド
土 10 24	牛乳 白い風船	けんちんうどん きゃべつのおかか和え	牛乳 ラスク
火	誕生会 牛乳 バナナ	カニツナ丼 鶏肉の照焼き・吸い物 温野菜サラダ・いちご	牛乳 カスタードケーキ

### おしらせ

平成18年4月1日から、都城市の献立で給食を作ってきましたが、平成19年2月1日より、  
 都城地区育児支援協同組合の献立で給食を作るようになりました。  
 献立等で、お気づきの事がありましたら、ご意見などお聞かせください。  
 宜しく、お願い致します。