



2月の食育だよ!



2023年2月20日

味間こども園

まだまだ寒さは続いていますが、3日は「節分」、4日は「立春」と暦の上では春を迎えました。暦の上では春を迎えていますが、2月は1年で最も寒さの厳しい時期です。うがい、手洗いはもちろんですが、バランスの良い食事と十分な睡眠をとるなど、体調を崩さないよう元気に過ごしましょう。

こども園でも各クラスで豆まきを楽しみました♪これからも寒さに負けず、病鬼(びょうき)を払いのけて、元気いっぱい健康に過ごしていきたいですね!!



おにはそと〜
ふくはうち〜



えいっ!



それっ!



呉汁



3日には、大豆がたっぷり入った呉汁を0~3歳の給食で頂きました。



おいしいな〜月

作ってみよう!!



☆残った節分豆で、チョコクランチ☆

(材料)・板チョコ 2枚 ・節分豆 40g

(作り方)

- ① 節分豆をお好みの大きさに砕く。
- ② 板チョコを砕いて、耐熱容器に入れ、レンジで1~2分加熱して溶かす。
- ③ 溶かしたチョコに砕いた豆を入れて混ぜる。
- ④ タッパーなどの型に入れて、冷やし固める。食べやすい大きさに切って完成!♪

*ハートや車などのお好みの型に入れて作ると、もっと楽しめますね♡

みんな大好き! きな粉パン

大豆と言えば、きな粉も大豆できている食品です。

学校給食で出てくるきな粉パンはみんな大好きなメニューのひとつ♡大きな口を開けて、美味しそうに食べていますね♪



今月は、黒豆きな粉パンでした♪



あ〜ん♪

きな粉パン大好き♡



ぱくっ



0~3歳は、15時の手作りおやつで頂きます♪

