



令和7年度2月プメハナ リコこども園  
給食職員

暦の上では春が近づいていますがまだまだ寒いこの頃です。2月3日の節分にむけて、子どもたちがオリジナルのお面を被り、鬼になりきっている姿が見られます。今年の恵方は「南南東」。ご家庭でも豆まきをしたり恵方巻きを食べたりして無病息災と福を呼び込みましょう。季節の行事を大切にしながら心も体も元気に過ごしていきたいですね。

### 冬野菜が豊作です！



冬野菜が収穫の時期を迎えました。寒さの中でじっくり育った大根やじゃがいも、にんじんなどの冬野菜は甘みが増して栄養もたっぷりです。年長児がじゃがいももちのクッキングに挑戦し、とし先生が大根を切り干し大根にしてくれ、みそ汁として味わいました。にんじんはサラダやスープに入れて美味しく頂きました。まだまだ他の野菜も育てているので収穫出来る日が楽しみです。

### 第二弾！

#### オリジナルみそ汁が始まります

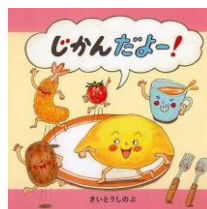
リコとエルアの年長児が5つのグループに分かれ「こんな具を入りたい！」と話し合いながらみそ汁を考えました。卵やブロッコリー、とうもろこしなどが入る子どもたちならではの自由な発想がつまった斬新なみそ汁が完成しました。名前も考えてくれて、一つひとつ個性があふれています。献立表や毎日の給食のボードでぜひチェックしてみてください。



### 今月のおたのしみ給食は…



2月のおたのしみ給食のテーマ絵本は「じかんだよー!」と「まるくておいしいよ」です。「じかんだよー!」はプチトマトが「じかんだよー」と叫ぶと食材たちが次々と集まってきて素敵なおこさまランチが完成するお話です。「まるくておいしいよ」はビスケットやクッキー、のりまき、すいかなど様々なまいい食べものが登場するお話です。どのようなおこさまランチとまるいおやつが登場するのかお楽しみに！



2/21の作品展にて、おやつを試食があります。乳・ゼラチンを使用したものになりますのでアレルギーのある方はお気を付けください。



#### (白菜ののり和え)

(材料 4人分)

- ・白菜…240g
- ・刻みのり…2g
- ・しらす干し…8g
- 酢…小さじ2
- 醤油…小さじ1
- 上白糖…小さじ1
- ごま油…小さじ1/2

- ① 白菜は1cm幅に切り、茹でる
- ② ボウルにAの調味料を入れ混ぜ合わせる
- ③ ②に水気を絞った白菜としらすを入れ和える
- ④ のりを加えてさっと混ぜる



#### <旬の食材>

ブロッコリー、キャベツ、ごぼう  
大根、白菜、いよかん、みかん、  
いちご、ぶり、さば、たら

