

日曜	保育行事	保育指導	連絡事項	誕生日おめでとう	日曜	献立	主食	おやつ(幼児)	おやつ(乳児)
1火	あけましておめでとう			しきまちはるか きのしたちえ先生	1火				
2水					2水				
3木					3木				
4金	希望保育				4金	豚丼, すまし汁, オレンジ	ごはん	プリン せんべい	お茶 ゼリー せんべい
5土	希望保育				5土	焼きそば, スープ, パナナ	めん		
6日					6日				
7月	身体測定(森・虹)				7月	ミートシチュー, 白菜とりんごのサラダ	ごはん	おにぎり	お茶 おにぎり
8火		避難訓練	定期集金	ポップの会	8火	中華丼, みかんときゅうりのゴマ酢和え, スープ	ごはん	鬼まんじゅう	牛乳 鬼まんじゅう
9水		書初め	園外保育年少(ハイウェイオアシス)	いうちゆうじ ごとうかずやす	9水	かじきのカレー風味, キャベツともやしのおかか和え, 味噌汁	ごはん	うどん	お茶 うどん
10木	身体測定(花)				10木	てりかけ, さつまいもサラダ, ミニトマト, 味噌汁	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁 ジャムサンド
11金	身体測定(空・太陽)		父母会役員会	もちつき準備	11金	ちくわの天ぷら, 三色ごま和え, 納豆, 味噌汁	ごはん	みたらし団子	牛乳 バナナ
12土	もちつき会: 午後の保育はありません				12土	豚汁, もち			
13日					13日				
14月	せいじんの日(成人の日)				14月				
15火		交通安全指導			15火	和風ピラフ, ふわふわスープ, ごほうサラダ	ごはん	おしるこ	お茶 りんご
16水	お弁当の日		園外保育年長(リニア鉄道館)		16水	お弁当の日		スティックパン	果汁 スティックパン
17木		体育/音楽指導・B			17木	おでん, お浸し, 納豆	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁 ジャムサンド
18金			園外マラソン		18金	鯖竜田揚げ, フレンチサラダ, 味噌汁	ごはん	おにぎり	お茶 おにぎり
19土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください				19土	カレーうどん, パナナ	めん		
20日			道の市		20日				
21月					21月	ひき肉蒸し, ブロッコリーのおかか和え, 味噌汁	ごはん	ホットドッグ	牛乳 ホットドッグ
22火					22火	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かき玉汁	ごはん	さつま芋ス ティック	牛乳 さつま芋ス ティック
23水		習字指導	ポップの会		23水	鶏とカブのクリーム煮, キャベツとパインのサラダ	ごはん	おにぎり	お茶 おにぎり
24木		体育/音楽指導・A			24木	ぶりの照り焼き, ほうれん草の磯和え, 味噌汁	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁 ジャムサンド
25金			園外マラソン	学年懇談会出欠配布	25金	筑前煮, 納豆, 味噌汁	ごはん	キャロット蒸 しパン	牛乳 キャロット蒸 しパン
26土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください			弘法様命日	26土	焼きうどん, スープ, パナナ	めん		
27日					27日				
28月					28月	グラタン, ゆかりご飯, キャベツのスープ, オレンジ	ごはん	マスカルポー ネのパン	牛乳 マスカルポー ネのパン
29火	おたんじょうかい			はなざきふうか よしきあやり	29火	三色丼, ブロッコリーのゴママヨネーズ, ミニトマト, 味噌汁	ごはん	ヨーグルトと バナナ	お茶 ヨーグルトと バナナ
30水			予行練習1歳児	知立小学校入学説明会	30水	チキンカレー, 大根とツナの和え物, りんご	ごはん	うどん	お茶 うどん
31木			予行練習(幼児)	南小学校入学説明会	31木	豚肉のしょうが焼き, けんちん汁, ミニトマト	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁 ジャムサンド

連絡事項: わからないことがある場合は、担任までお尋ね下さい。

- 1 年末年始は、体調を崩しやすい時期です。大人のペースではなく、子どもの様子を見ながら楽しんでください。そして、休み明け元気な姿を見せてください。
- 2 当園のマラソンやなわとびは、冬の活動量を補うとともに、体力、呼吸器をきたえる事を目的として行っています。また、マラソン記録会、なわとび記録会は、日頃の努力の成果を見るものです。競う事も必要ですが、個々の努力に対する達成感、できるという気持ちを大事にしています。ご家庭でも、順位に終始せず、子どものがんばる姿を応援する言葉かけをしてください。

2月の主な行事予定 : 行事は変更となる場合があります。

1金	豆まき会	15金	お弁当の日, 懇談会0歳児	父母役員会: 16日(土)
5火	身体測定-花	18月	懇談会1歳児	おやじの会:
9土	音楽発表会: 午後の保育はありません	19火	交通指導, 懇談会2歳児	ぼっぼの会
12火	身体測定-森-虹, 避難訓練, 定期集金	22金	マラソン記録会	5日・19日
13水	身体測定-空-太陽	26火	懇談会-太陽の家	弘法命日: 25日(月)

『鶏とカブのクリーム煮』

- ＜材料＞ 1人当たり
- ・鶏もも肉 20g (一口大に切)
 - ・ウィンナー 20g (1cm斜切)
 - ・冷凍コーン 10g (流水洗い、水切)
 - ・玉ねぎ 30g (1cmくし切)
 - ・いんげん 10g (茹でて1cm切)
 - ・人参 20g (いちょう切)
 - ・カブ 40g (2~3cm角切)
 - ・牛乳 80g
 - ・シチューの素

根菜で体を温めよう!

冬は、カブや蓮根などの根菜がおいしい季節です。根菜に含まれるビタミンEやビタミンCには血行をよくする働きや、体を温める作用があるとされています。また、薬味として使われるしょうがは、少量でも体をポカポカにしてくれます。温かい汁物や煮込み料理にもぴったりの根菜を上手に使って、寒い冬を乗り切りましょう。

- ＜作り方＞
- ①鍋に油を引き、鶏肉とウィンナーを炒める。
 - ②肉の色が変わってきたら、カブ以外の野菜を入れ更に炒め、水を入れ野菜が柔らかくなるまで煮る。
※カブは他の野菜が柔らかくなったら入れてください。最初から入れるととろけてしまいます。
 - ③カブを入れたら牛乳とシチューの素をいれ、とろみがつくまで煮込む。
 - ④水、牛乳、シチューの素は好みで加減しながら仕上げる。