



食育だより(2月号)



令和6年2月1日発行



～1月の行事食の紹介～



1月5日(金)七草粥



『はるのななくさ』
ってなんだろう～？



この時期の若草は早春に芽吹くため、縁起の良い食材とされています。また、栄養価も高く、お正月のごちそうで疲れた胃を休めるのにぴったりです！
保育園の七草粥は人参やしらすなども入っているので、子供たちも美味しい！とってたくさん食べてくれました😊



1月11日(木)鏡開き



お餅のかわりに、さつま芋が入ったぜんざいを食べました！



今年もみんなが健康で
すごせますように…★

2月のお楽しみ給食は2日(金)です。

節分にちなんだ献立内容になっています🍡たのしみにしてくださいね～♡