



# 食育だより(2月号)



令和7年2月1日発行



## ～1月の行事食の紹介～



### 1月7日(火)七草粥



旬のいちごを使った  
ケーキもできました🍰



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！

保育園の七草粥は鶏肉やはくさいなども入っているので、子供たちも美味しい！とって沢山おかわりしてくれました😊



### 1月10日(金)鏡開き



お餅のかわりに、さつまい入ったぜんざいを食べました！



今年もみんなが健康で  
元気にすごせますように…★

2月のお楽しみ給食は4日(火)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～♡