



食育だより(2月号)



令和8年2月1日発行



～1月の行事食の紹介～

1月7日(水)七草粥



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白菜なども入っているので、子供たちも美味しい！といってたくさん食べてくれました😊



1月9日(金)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3日(火)です。

節分にちなんだ献立内容になっています。たのしみにしていてくださいね～♡

