

2月

給食だより

豊里幼稚園

令和6年2月1日

歴の上では春が近づいていますが、まだまだ寒い季節は続きます。2月は節分があります...

園では2月2日に節分の行事をします。災害や病気などの悪いことを鬼に見立てて「鬼は外！福は内！」のかけ声とともに豆まきをします。

今月のねらい

- \*体を温める根菜類・冬野菜をしっかりと食べる。
\*風邪に負けない体力作りをしよう。
\*食事のマナーを身につける。

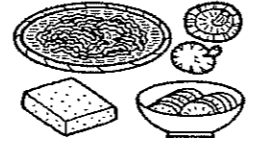
今月の行事食

2日(金) 節分
21日(水) お誕生日会



園児のみご飯はいりません。
コップとお箸を忘れないでね。

保存食を食べよう
昔は寒い季節に新鮮な食材が手に入りにくかったため、乾物や漬物など保存食を作って冬を越しました。...



冬も水分補給を忘れずに！

冬は、厚着や室内の暖房などで、じんわりと汗をかいています。けれども夏ほどの暑さはないため、つい水分補給を忘れがちになり、気がついたときには脱水状態になっていることもあります。

◎脱水に要注意のときは？

- ・尿が少ない。 ・うんちが固い ・くちびるが乾いている

◎どのくらいとる？

大人は1日に飲料で2ℓ、食事から0.5ℓ程度の水分をとっています。子供の1日の必要量は体重あたりで計算できます。(100ml~130ml/kg)。

◎何をとる？

麦茶には糖分がないので、水分補給には欠かせません。ナトリウム・カリウム・カルシウムなどのミネラルが微量ながら含まれています。



2月離乳食献立表

0歳児さくら組

Table with columns for date, meal type, main ingredients, and specific menu items for two periods: 後期(9~11カ月) and 完了期(12~18カ月).

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。午前のおやつは乳児用お菓子です。