



今年は、インフルエンザや胃腸炎等、様々な感染症の流行が早かったように思います。園でも、手洗いや消毒等の感染症対策をより一層徹底していきます。

また、進級に向けて箸の練習や、配膳練習を行う子どもたちの姿も増えてきました。進級まで、子どもたちがどんな成長を見せてくれるのかとても楽しみです♪



## 今月の郷土料理（12日）

豚汁ラーメン（新潟県）

## 今月の食育の日（19日）

ぶり天(まごはやさしいメニュー)

## ☆給与栄養目標量☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
乳児	452kcal	18.6g	12.6g	1.3g
幼児	621kcal	25.7g	17.3g	1.6g



## 節分で何食べる？

節分は、無病息災を祈って豆まきを行い、恵方巻きを食べます。ではなぜ、恵方巻きを食べるとよいのでしょうか？

恵方巻きは、七福神にちなみ、7種類の具材を包み「福を巻き込む」食べ物とわれています。また、その年の方角を見て切らずに1本で食べると「縁を切らない」「運を逃がさない」とわれています。

また、節分いわしは「鬼が嫌うにおい」とされ、柊の葉と共に飾ったり、食べたりすると良いそうです。

今年の恵方は「西南西」。食べながら、1年の健康と幸せを祈りましょう。



## Happy Valentine!

バレンタインは、大切な人にチョコレートを送るという日。でも、実は…チョコレートを渡すのは日本特有の文化だそうです。

元々、バレンタインは、戦争の激化で結婚させてもらえずに戦地に送られる若者に、内緒で結婚式を行って来ていたキリスト教司祭へお祈りをする日でした。

また、日本では、女性から男性に愛情を伝える文化でしたが、今では「友チョコ」「マイチョコ」等、様々な形でチョコレートを楽しんだり、チョコレート以外のお菓子もあげる文化になりました。

OURS 給食では、チョコレートではなく、ココアを使ったクッキーやいちごのパバロアを作ります！お楽しみに！

