



2月の園だより

令和8年1月30日

旭保育園

大寒が過ぎ、寒さは本番！春の到来が待ち遠しくなってきました。

空気も一気に乾燥し、感染症には一層注意が必要になりますね。寒さに負けず、この時期ならではの活発な遊びを楽しんでいきたいと思います。

栄養のあるものをたくさん食べ、強いからだを作りこの冬を乗り切りたいですね。



<2月の保育目標>

乳児組…身の回りの自分でできる事を、意欲的にやろうとする
幼児組…寒さに負けず、友だちとからだを動かして遊ぶ



～2月の行事予定～



2日(月) 身体測定(3～5歳児)

10日(火) お店屋さんごっこ

3日(火) 身体測定(2歳児)

17日(火) リトミック教室(うめ・さくら)

節分集会

19日(木) 2月生まれの誕生会

4日(水) 身体測定(1歳児)

20日(金) ヤクルトお腹元気教室

旭小学校見学(さくら)

25日(水) 人形劇 10:15 開始予定です

5日(木) 身体測定(0歳児)

(お時間ある方はどうぞ)

6日(金) 防犯教室(うめ・さくら)

26日(木) 小谷小学校見学(さくら)

《節分 2/3》

2月3日は、節分。明けて4日は、立春で暦の上では「春」です。

保育園では3日に節分集会をします。

福を呼ぶと共に、みんなの心の中のいろいろな鬼退治をします。

お家でもお子さんを先頭に、

我が家の豆まきを

してみませんか！

幸多き春が来ます

ように。



《おみせやさんごっこ 2/10》

今までコツコツと作ってきた、もも・うめ・さくら組の作品が、ステキな品物としてお店に並びます。「いらっしゃいませ～」「どれにしますか？」とうめ、さくら組が売り手になります。

お財布と手作りのお金を手にして「これ、ください」と買い物をする側もドキドキ・ワクワクのことでしょう。

子どもたちが持ち帰る

おみやげを

おたのしみに！



～進級に向けて～

もうすぐ〇〇ぐみ！と進級する喜びを感じながら、進級の準備を各年齢で少しずつ行っています。登園する時に、かばんは自分で持つ事や、コップやタオルを出すことなど、お家の方の見守りや励ましにより少しずつできるようになります。

お子さんの様子を見ながら進めていきましょう。



《おねがい》

☆保育園に必要でないもの・壊れたら困るものは、トラブルのもととなりますので、保育園に持ってこないようお願い致します。

(シール・キーホルダー・ぬいぐるみ・おもちゃなど)

☆通用門の鍵(2か所) ご協力ありがとうございます。鍵、門の開閉はお子さんではなく、保護者の方が行うようお願い致します。

☆夕方、お迎えの後園庭では遊ばずお帰りいただくようお願い致します。



大学生・専門学校生が保育実習で保育室に入ることがあります。よろしくお願いします。



保育園利用者アンケート

アンケート調査にご協力頂きありがとうございました。

今年も保育の質の向上をはかり、より良い保育が出来るようにご意見を役立てていきたいと思ひます。



～3月の行事予定～



2日(月) 身体測定(3～5歳児)

6日(金) 3月生まれの誕生会

3日(火) ひなまつり集会

10日(火) お別れ会

身体測定(2歳児)

13日(金) さくらぐみ卒園式

4日(水) 身体測定(1歳児)

*詳しくは3月の園だよりでお知らせします

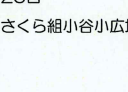
5日(木) 身体測定(0歳児)



2026年

2月の予定献立表

旭保育園

にち 曜	乳児組 午前おやつ 主 食	献 立 名	材 料 お よ び 体 内 で の 働 き			おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 蛋白質 脂質 塩分	行 事 おおよび 連 絡 事 項
			血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
2月	かし 牛乳	麦ご飯 〇かじきの煮つけ ごぼうサラダ 〇野菜スープ	かじき 豆腐	米 麦 油 ごま	ごぼう 人参 きゅうり コーン缶 白菜 玉葱 干し椎茸	アップルヨーグルトパ ンケーキ 牛乳	542(51.6) 23.7(22.2) 13.6(13.8) 1.8(1.6)	2日 幼児身体測定
3日	かし 牛乳	ご飯 いわしだんご きゃべつの胡麻和え 豆乳プリン	いわしすり身 卵 豚挽肉 豆腐 ツナ 缶	米 油 ごま	生姜 きゃべつ きゅうり 人参 ひじき れんこん 長葱 干し椎茸 豆乳プリン	恵方巻 牛乳	677(64.1)22.8(21.6) 21.3(21.1)1.4(1.3)	3日 2歳身体測定 豆まき集会
4日	かし 麦茶	麦ご飯 〇ポークシチュー フレンチサラダ パナナ	豚肉 ハム 脱脂粉乳	米 麦 油 じゃが芋	人参 玉葱 きゃべつ きゅうり グリーンピース パナナ	バームクーヘン せんべい 牛乳	631(53.5) 22.2(18.4) 15.0(12.1) 1.0(0.9)	4日 1歳身体測定
5日	かし 豆乳	ご飯 ブルコギ風炒め 〇ひじきの炒り煮 オレンジ	豚肉 高野豆腐 油揚げ 大豆	米 油 春雨	きゃべつ 人参 玉葱 もやし ひじき オレンジ	〇ミルククリームサン ド 牛乳	555(53.4)23.9(23.3) 15.1(15.8) 1.1(1.0)	5日 0歳身体測定
6日	かし 牛乳	麦ご飯 〇花シュウマイ 切干大根サラダ みかん	豚挽肉 豆腐 ちくわ	米 麦 ごま ごま油 シュウマイ皮	玉葱 干し椎茸 人参 切干大根 きゅうり みかん	〇きつたま芋の塩キャラ メル 牛乳	605(57.1) 19.4(18.8) 20.0(18.9) 0.9(1.0)	6日 防犯教室
7日	かし 牛乳	〇野菜ラーメン 〇かぼちゃの甘煮	豚挽肉 なると	ラーメン	白菜 人参 もやし かぼちゃ	甘食パン せんべい 牛乳	462(45.6) 16.9(16.7) 9.0(11.1) 2.0(1.8)	
9日	かし 牛乳	麦ご飯 〇鮭のトマトソース煮 〇スパゲティサラダ 〇すまし汁	鮭 豆腐 ハム	米 麦 スパゲティ	にんにく 生姜 レモン トマト缶 人参 きゅうり きゃべつ えのき茸 水菜	ワッフル せんべい 牛乳	612(59.9) 26.7(25.1) 21.5(21.8) 1.4(1.3)	
10日	かし 麦茶	麦ご飯 〇煮込みハンバーグ 〇人参シリシリ 〇コーンクリームスー	豚鶏挽肉 卵 ツナ缶 脱脂粉 乳	米 麦 油	玉葱 人参 コーンクリーム素 コーン缶	〇フライドポテト 牛乳	708(65.5)24.3(22.7) 30.7(28.4) 2.0(1.8)	
12日	かし 牛乳	〇豆乳チャンポンめん 〇ひじきサラダ パナナ	豚肉 なると 豆乳 ツナ缶 えび	ごま油 ラーメン	人参 もやし ひじき きゃべつ チンゲン菜 きゅうり コーン缶 パナナ	鮭と青菜のおにぎり 牛乳	484(47.0) 19.7(18.9) 13.7(13.9) 2.0(1.8)	
13日	かし 牛乳	ホットパン 〇マカロニグラタン ブロッコリー オレンジ	鶏肉 脱脂粉乳	油 ホットパン マカロニ	人参 玉葱 マッシュルーム缶 コーン缶 クリームコーン缶 ブロッコリー オレンジ	ハートドーナツ 牛乳	497(48.6) 20.0(19.2) 16.0(16.7) 2.1(1.8)	
14日	かし 牛乳	〇きつねうどん さつま芋の甘煮	鶏挽肉 油揚げ	うどん さつま芋	干し椎茸 人参 玉葱 小松菜	マドレーヌ せんべい 牛乳	458(45.0) 14.3(14.6) 9.7(10.7) 2.7(2.3)	
16日	かし 牛乳	麦ご飯 〇かじきの角煮 〇納豆和え 〇けんちん汁	かじき 納豆 油揚げ 豚肉 豆 腐	米 麦 油 里芋	ほうれん草 人参 きゃべつ 大根 ごぼう	豆乳わらびもち 牛乳	546(51.9) 28.2(25.8) 15.7(15.5) 1.6(1.5)	
17日	かし 牛乳	ご飯 〇鶏のから揚げ 〇ポテトサラダ いちご	鶏肉 ハム	米 油 じゃが芋	人参 きゅうり コーン缶 いちご	せんべい クッキー ジュース	502(49.1) 25.4(15.2) 22.7(17.5) 1.0(0.9)	
18日	かし 麦茶	麦ご飯 〇マーボー豆腐 大根と油揚げの酢の物 パナナ	豚挽肉 豆腐 油揚げ	米 麦 油 ごま油	人参 玉葱 にら 干し椎茸 大根 きゅうり 筍水煮 生姜 にんにく パナナ	きなこ揚げパン 牛乳	602(51.2)23.7(19.6) 20.0(16.1) 1.3(1.2)	
19日	かし 豆乳	鬼ご飯 〇エビフライ ブロッコリー みかん	豚挽肉 えび 卵 茹大豆	米 油	人参 トマト缶 玉葱 とんがりコーン ピーマン 干しぶどう きゅうり みかん	ケーキ ヤクルトミルミル	761(70.9)25.4(24.2) 22.7(21.3) 1.0(1.0)	19日 誕生日会
20日	かし 牛乳	〇ほうとう風うどん 〇ちくわのカレー風味揚げ オレンジ	鶏肉 油揚げ ちくわ	油 うどん	大根 人参 ごぼう 干し椎茸 長葱 かぼちゃ こんにゃく カレー粉 缶 オレンジ	〇チャーハン 牛乳	497(48.8)21.9(20.7) 15.9(16.4) 2.9(2.5)	20日 ヤクルトお腹元氣
21日	かし 牛乳	〇焼きそば 豆腐のみそ汁	豚肉 豆腐	油 焼きそば	きゃべつ 人参 もやし 青のり 玉葱 わかめ かぼちゃ	黒糖ロールパン せん べい 牛乳	465(46.8) 18.3(21.5) 13.1(13.9) 2.3(2.4)	
24日	かし 麦茶	ご飯 〇すき焼き風煮 ブロッコリーのゴマ和え パナナ	豚肉 焼き豆腐	米 油 ごま	白菜 人参 干し椎茸 しらたき 春菊 ブロッコリー 長葱 えのき茸 パナナ	さつま芋の煮しもの 牛乳	592(50.8)21.4(17.7) 14.2(12.2) 1.5(1.3)	
25日	かし 牛乳	さつま揚げ 〇中華風酢の物 〇みそ汁	鶏すり身 卵 えび 厚揚げ ハム	米 油 麦 ごま油	人参 きゅうり もやし 白菜 ごぼう 玉葱 れんこん 生姜 わかめ	せんべい クッキー 牛乳	555(52.6)23.2(21.8) 17.4(16.9) 1.9(1.8)	
26日	果物 豆乳	ご飯 〇高野豆腐の肉巻き煮 〇マカロニサラダ 〇ほうれん草スー	豚肉 高野豆腐	米 油 マカロニ	きゃべつ 人参 きゅうり コーン缶 ほうれん草 えのき茸 大根	〇じゃこトースト 牛乳	733(66.6)37.0(22.7) 35.6(28.4) 1.8(1.8)	26日 さくら組小谷小広場
27日	かし 牛乳	〇カレーライス りんごサラダ ヨーグルト	豚肉 脱脂粉乳 ヨーグルト	米 油 じゃが芋	人参 玉葱 きゃべつ グリンピース 白菜 りんご	アンビバホットケーキ 牛乳	608(53.1) 21.9(18.6) 16.1(13.8) 1.5(1.3)	
28日	かし 牛乳	〇焼うどん 〇豆腐のみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ	油 うどん じゃが芋	きゃべつ 人参 もやし 青のり 玉葱	チーズ蒸しパン せんべい 牛乳	429(42.7)17.4(17.1) 12.1(12.6) 2.0(1.8)	

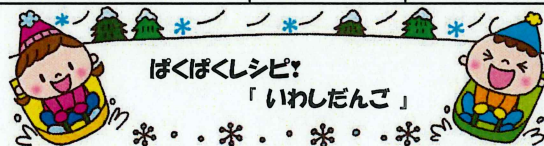


◇お豆の種類◇

◎大豆：色別に黄大豆・黒大豆・青大豆があります
「黄大豆」主にみそ、納豆、豆腐などの加工品に…
「黒大豆」黒豆です。おせち料理に使われます。
「青大豆」きな粉や煮豆にされます。

ほかにも小豆・そら豆・いんげんまめ・
きんとさまめなどいろいろあります。

大豆は「畑のお肉」といわれるほど
たんぱく質が豊富。大切な栄養素が
バランスよく含まれていて生活習慣病や
脳の活性化にも役立っています。
日本人の食生活になじみ深い食べ物です。



ばくばくレシピ？

「いわしだんご」

(材料1人分)
いわしすり身…30 卵…5
生姜…0.5 パン粉…4
れんこん…5 酒・味噌…0.5
ごぼう…2.5 片栗粉…5
人参…5 油…適量
長葱…10 砂糖…5
干し椎茸…1 酢…1
ひじき…0.5 醤油…3
水・片栗粉

(作り方)

- ① れんこんはフードプロセッサーなどですりおろし、ごぼう、人参、長葱はみじん切にする。
- ② 干し椎茸はぬるま湯でもどしみじん切にする。
- ③ ひじきはぬるま湯でもどし熱湯で茹でみじん切にする。
- ④ 生姜はすりおろし、しほり汁を作る。
- ⑤ ボウルにいわしすり身、①②③④、卵、パン粉、酒、味噌を入れよく混ぜ合わせる。
- ⑥ ⑤を一口大に丸め、片栗粉をうすくまぶし、熱した油で揚げる。
- ⑦ 鍋に砂糖、酢、醤油、水を入れ火にかけて、煮たてたら、水溶き片栗粉を加えあんをつくり、団子にからめる。

3歳以上児平均提供栄養量・0未満児：エネルギー569(534)・蛋白質22.1(20.5)・脂質17.5(16.9)・食塩1.7(1.5)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にはぼしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。♡マークがついている日はリクエストメニューです。食材の都合で献立を変更する場合があります。