

令和8年度 2月 食育支援計画

日付	対象	時間	食育テーマ/献立	ねらい	担当者
2月3日	火	白組 11:30~12:30	 <b>《クッキング》 ～恵方巻作り～</b>	日本の伝統食材の海苔を素材に、見て、触って、手触りから表と裏の違いを知ったり、匂って磯の香りをかいだり、少しかじってみて味を覚えます。 視覚、触覚、嗅覚、味覚で海の恵みの海苔を知って、節分の恵方巻（巻き寿司）を作って、恵方に向かって食べることを体験する。	栄養士 濱田
		青組 11:30~12:30			栄養士 濱田 田川
		黄組 14:30~15:00	<b>《クッキング》 ～恵方ロール作り～</b> 	節分の恵方巻にならって、食パンで恵方巻ロールを作って、おやつとして食べます。 作って食べる楽しさと日本の伝統行事を学び、食材への興味関心を高める。	栄養士 濱田
2月4日	水	桃組 11:15~12:00	<b>食事の様子を確認・援助</b>	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	調理員 藤本
2月6日	金	黄組 11:30~12:30	<b>愛媛県の郷土料理を知る</b> ごはん せんざんぎ ポイルキャベツ かぶの赤しそ和え 麦みそ汁 みかん	愛媛県の代表的な郷土料理を知る。 	栄養士 田川
2月9日	月	白組 11:30~12:30	<b>甘いものを食べすぎたら…</b> ひじきご飯 赤魚の唐揚げ南蛮 ポイルキャベツ 蓮根梅じゃこ和え かきたま汁 みかん	甘いものを食べ過ぎると、内臓に負担がかかることを知ったり、ご飯や給食には体を作ったり、動かすために大切な栄養が含まれていることを知る。 	栄養士 濱田
2月10日	火	青組 11:30~12:30	<b>甘いものを食べすぎたら…</b> 食パン 大豆のチリコンカン 野菜サラダ コンソメスープ キウイフルーツ		栄養士 田川
2月13日	金	黄組 11:30~12:30	<b>甘いものを食べすぎたら…</b> ハヤシライス ハートコロケ シーザーサラダ 野菜スープ パナナ		調理員 藤本
2月16日	月	白組 11:30~12:30	<b>大豆について知る</b> わかめご飯 春菊と鶏団子の煮付け 厚揚げごまみそ汁 大根とカニカマのサラダ グレープフルーツ	日本食に身近な大豆。いり豆や煮豆だけではなく、豆腐や納豆などに姿を変えて、食事に登場していることを知る。	調理員 藤本
2月17日	火	青組 11:30~12:30	<b>福岡県の郷土料理を知る</b> 豚骨ラーメン 野菜炒め 鶏肉の唐揚げ みかん 	福岡県の代表的な郷土料理を知る。 	栄養士 濱田
2月18日	水	赤組 11:15~12:00	<b>食事の様子を確認・援助</b>	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	栄養士 田川
2月20日	金	黄組 11:30~12:30	<b>大豆について知る</b> ご飯 鶏肉のごま焼き ポイルキャベツ 小松菜とえのきの煮びたし 大根みそ汁 パナナ	日本食に身近な大豆。いり豆や煮豆だけではなく、豆腐や納豆などに姿を変えて、食事に登場していることを知る。 	栄養士 濱田
2月24日	火	青組 11:30~12:30	<b>大豆について知る</b> ごはん 鯖の梅みそ焼き 豆サラダ ブロッコリーポイル パナナ きのことベーコンの豆乳スープ		調理員 藤本
2月25日	水	桃組 11:15~12:00	<b>食事の様子を確認・援助</b> 	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	栄養士 濱田
2月27日	金	黄組 11:30~12:30	<b>冬野菜を知る(大根)</b>  冬野菜たっぷりポカポカうどん ひじき煮付け たまごサラダ みかん	旬を迎えている冬野菜を知って、その栄養や特徴、料理を知る。 	栄養士 田川