

# 給食だより

令和5年2月1日 桜町こども園



年が明け、早いもので1ヶ月が経ちました。  
2月3日は節分です。この日に豆を自分の歳の数だけ食べると、1年無病息災で過ごせると言われています。  
大豆には血や骨をつくる「鉄分」や「カルシウム」が多く含まれます。

園でも大豆は積極的に取り入れている食材の一つです。



## 節分にまつわるもの

### ●豆

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気を祓い清めます。  
季節の変わり目は天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病氣)を追い払うのです。  
豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは、「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」といわれているからです。



### ●やいかがし

戸口にイワシの頭やひいらぎをさします。

- ・イワシ→イワシの臭いで鬼が近づかないように。
- ・ひいらぎ→葉のとげで鬼の目を刺して、家の中への侵入を防ぐために。



戸口にんにくや髪の毛をつける方もあります。いずれも邪気、疫鬼を追い払うためといわれています。



### ☆そら組クッキング☆

1月はきな粉団子を作りました。  
生地を星やハート形などの好きなかたちに成形することが出来ていました。  
茹で上がったお団子にきな粉を振りかけて完成です。  
自分で作ったお団子は格別に美味しかったようで、あっという間に食べ終わったそら組さんでした。



## 2月の予定献立表

| 月                                                         | 火                                                    | 水                                               | 木                                                      | 金                                                          | 土                                     |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|                                                           |                                                      | 1 巣ごもり卵<br>野菜の昆布和え<br>りんご<br>コンソメスープ<br>みたらし団子  | 2 鮭の北海道焼き<br>ごぼうと牛肉のしくれ煮<br>フロッコリー<br>すまし汁<br>りんごの包み揚げ | 3 鬼っ子ハンバーグ<br>ひじきの油炒め<br>みかん<br>みぞ汁<br>鬼に金棒クッキー            | 4 チキンドッグ<br>パンフキンポタージュ<br>バナナ<br>おにぎり |
| 6 わかめチャンフルー<br>卵と小松菜のカレー炒め<br>パイ<br>みぞ汁<br>ツナマフィン         | 7 魚のホイル蒸し<br>大根の煮物<br>オレンジ<br>すまし汁<br>ごまだしうどん (お茶・餅) | 8 すいとん汁<br>じゃこ天と人参の照煮<br>バナナ<br>大根もち            | 9 洋風炒り卵<br>りんごなます<br>フロッコリー<br>コンソメスープ<br>ひじきまんじゅう     | 10 魚のかりかりチーズ焼き<br>ほうれん草の和風サラダ<br>りんご<br>みぞ汁<br>鶏飯おにぎり (お茶) | 11 建国記念日<br>                          |
| 13 フリの照り焼き<br>南瓜サラダ<br>キウイ<br>みぞ汁<br>牛乳もち                 | 14 納豆のかき揚げ<br>わかめの酢の物<br>オレンジ<br>中華スープ<br>いちご大福      | 15 ~お弁当日~<br>                                   | 16 レバーマリアソース<br>ごぼうサラダ<br>いちご<br>みぞ汁<br>りんごのホットケーキ     | 17 厚揚げの吹き寄せ<br>切昆布の当座煮<br>フロッコリー<br>すまし汁<br>さつまいもごま団子      | 18 ☆以上児発表会☆<br>                       |
| 20 コーン入り豆乳スープ<br>野菜の金平<br>かえり<br>バナナ<br>黒糖ドーナツ            | 21 豚肉の生巻焼き<br>粉ふき芋<br>ししゃも<br>みぞ汁<br>フルーツヨーグルト (お茶)  | 22 魚の煮つけ<br>ほうれん草の白和え<br>パイ<br>みぞ汁<br>レモンチーズケーキ | 23 天皇誕生日<br>                                           | 24 大豆入りひじきの油炒め<br>野菜のゆかり和え<br>みかん<br>すまし汁<br>手作りパン         | 25 親子丼<br>すまし汁<br>バナナ<br>おにぎり         |
| 27 麻婆豆腐<br>春雨とカニカマの<br>生巻マヨネーズかけ<br>いちご<br>中華スープ<br>納豆ラスク | 28 ☆お誕生会☆<br>                                        |                                                 |                                                        |                                                            |                                       |

※入荷の都合などにより献立が変更になることがあります。ご了承ください。