

食育ニュース

2月3日(月)

せつぶんこんだて
節分献立



皿なし

きなこ豆
まめ

副菜皿

牛乳

甘酢をまぜましょう。

はくさい いとかんてん す
白菜と糸寒天のごま酢あえ

のいを乗せましょう。



深皿

いわしの蒲焼き丼
かばや どん

とんじる
豚汁

飯椀

2月3日、今日は**節分**です。節分と言えば、**豆まき**、そして最近では**恵方巻**が流行になっていますが、節分に食べるものはそれだけではありません。西日本では、焼いた**イワシ**を食べる習慣があります。**鬼が苦手なものはイワシの臭いとヒイラギのトゲ**とされていて、鬼を追い払うため、**ヒイラギに焼いたイワシの頭を刺して魔除けにする**風習があります。イワシの頭を刺すことから『**焼い嗅がし**』といい、**豆まきと同じく、病気や不幸などを連れてくる鬼を追い払う意味**が込められています。



給食室の様子



「きなこ豆」は、いり大豆にきな粉と砂糖を絡めた豆菓子です。年の数だけ…入っていたらラッキーですね。



糸寒天は、海藻からできています。食物繊維が豊富です！