

2月給食だより



2026年 2月 1日
給食室 栄養士 小畑・高岡

節分を過ぎると暦の上では「春」ですね。寒さや空気の乾燥が気になる季節です。手洗い、うがいやマスクでの風邪やウイルスの予防も大切ですが、食生活も忘れずに。バランスのよい食事でも免疫をアップし、丈夫な体づくりをしていきましょう。



節分ってどんな日？

節分は「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」それぞれの前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。

豆をまいて
厄払い



鰯(イワシ)と
柊(ヒイラギ)で
魔除け



節分といえば「豆まき」です。豆まきに使うのは、炒った大豆です。大豆はお米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。

ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒイラギイワシともいいます。ヒイラギの葉のトゲトゲやイワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。

恵方巻を食べて福を巻き込む



焼きあがったクッキーを食べて「世界一美味しい！」と大満足な様子でした。「ママに持って帰りたいな〜♪」と笑顔でクッキーを眺めていました♪

うさぎさんと
キラキラお星さま



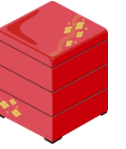
節分に「恵方を向いて太巻きを食べる」という風習は、主に関西地方で行われていたものが、全国的に広まっています。巻き寿司を使うのは「福を巻き込む」からで、また「縁を切らない」ために包丁を入れずに丸かぶりするようになったようです。



1/5 お正月メニュー



ご飯
ぶりの照り焼き
大根なます
きんとん
豆腐のお吸い物



ひかり組は重箱に料理を詰めてお正月の雰囲気を楽しみました。「わ〜凄い！宝箱みたい♪」と、とても喜んでいました！



1/7 七草メニュー

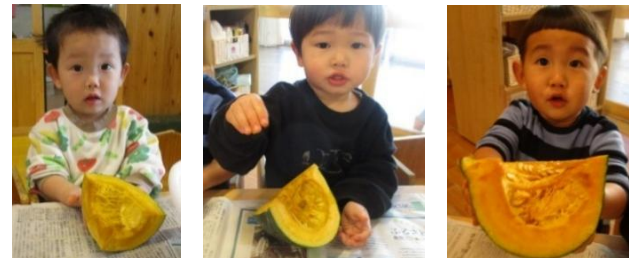
「おにぎりに入れた七草だよ♪」と春の七草を実際に見てもらいました♪七草おにぎり好評でした！



クッキング報告

1/14 たけのこ組 かぼちゃの種とり

かぼちゃの種がしっかり付いていたので取るのが大変だったけど、根気強く種を取ることが出来ました♪



次の日にかぼちゃのサラダで美味しく食べました！



1/20 そら組 クッキー型抜き



みんな真剣な表情で黙々と型を抜いていました。

「クリスマスツリーを作ったよ」



2月3日のおやつに巻き寿司を提供します。今年の恵方の方角は南南東です。

