

給食だより

津市立南が丘小学校

きゅうしょくだより 2月号

2月4日は、立春です。暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続きます。かぜなどひかないように気をつけて、寒さに負けないで元気にすごしましょう。



2月3日 季節のかわり目 節分

もともと節分とは季節のかわる節目として立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことをいいます。しかし、今では、立春の前の日のみを節分というようになっています。

節分は、「鬼は外」「福は内」と掛け声をかけながら、いった豆をまくことで、鬼に見立てた病気などの災いを追いはらって、福を呼び込む行事です。ほかにも鬼を追いはらうおまじないとして、ひいらぎの枝に、焼いたいわしの頭を刺したものを門口や家の軒下に飾ります。

給食では、節分にちなんだ献立として、2月3日に節分豆がでます。

節分クイズ

節分に豆を食べるのは、鬼を追いはらった豆を食べて、自分の中の鬼（災い）を退治するという意味もあり、「福豆」と呼ばれます。

では、この福豆はどれだけ食べるでしょう。



- ① 食べたい分だけ ② 齢（とし）の数だけ ③ 齢（とし）よりも1つ多い数だけ

こたえ ③ 実際の齢より1つ多い数だけ

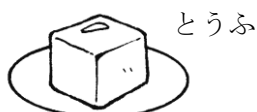
実際の年齢よりも1つ多く豆を食べて次の年も健康で幸せに暮らせますようにと願います。

大豆は変身上手

大豆は、昔から米や麦などと共に、「五穀」の1つに数えられてきました。大豆から作られているものには、とうふや納豆、みそ、しょうゆ、あぶらあげ、あつあげ、がんもどき、おからなどがあります。給食でもほとんど毎日、使われています。2月の学校給食献立予定表を見ると、大豆と大豆製品が、15個ありました。（給食のもやしは、ほかの豆から作られているので入っていません。）その他に、献立表にはのっていませんが、しょうゆも使っています。皆さんはいくつ見つけることができますか。



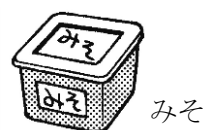
なっとう



とうふ



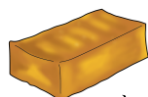
だいず



みそ



しょうゆ



あつあげ



あぶらあげ



がんもどき



おから