



2月給食だより

令和6年度 No.10
川崎市立宮前平小学校



2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分の行事があります。節分は季節を分けるという意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として、現代に伝わっています。節分と関連させた献立として、給食では、いり大豆を提供します。



2月の献立について

2月の給食目標「地域で生産される食品について知ろう」

「ねらい」地域で生産される食品を知り、地産地消について考える



★給食目標に関連した献立

12日 ごはん 牛乳 さばの甘辛揚げ もやし炒め けんちん汁

20日 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 塩だれキャベツ みそ汁

28日 ごはん 焼きのり 牛乳 さばの塩焼き キャベツのおかかあえ 豆腐と大根のとろみ汁



★久しぶりの献立「タンメン」(27日)

タンメンは、炒めた野菜とスープを煮込み、麺と一緒に食べる中華料理の一つです。

まだまだ寒い時期が続くため、体が温まる麺料理を取り入れました。令和2年6月以来の実施です。



★季節の食品

2月が旬の食品として、次の食品を給食に取り入れています。

キャベツ ごぼう セロリ ほうれん草 小松菜 大根 長ねぎ 白菜 ブロッコリー 海苔

★2月21日(金)は自校献立を実施します。献立の詳細は、後日配付します。

給食費の引き落としについて

2月28日に第9期(2,3月分)の給食費の引き落としを予定しています。引き落とし金額は、¥9,090です。(校外学習等で給食を停止した分の給食費が調整されるため、学年・学級により金額が若干異なります。)口座残高の確認をお願いいたします。



給食に毎日出るものに牛乳があります。日によって、牛乳の味が違うと感じることはありませんか? 牛乳は生きている牛から生産されるので、牛の品種や育て方、えさの違いなどによって風味が変わります。また、牛は暑さに弱く、夏は食欲が落ちて水分を多くとるため、乳脂肪分が少ないさっぱりとした味の牛乳になり、秋から春先にかけては、乳脂肪分が多い濃厚な味の牛乳になります。寒くなると、給食では牛乳の残りが多くなりがちですが、冬ならではの牛乳のおいしさを、ぜひ確かめてみてください。



夏…乳脂肪分が少ない
さっぱりとした味



秋から春先…
乳脂肪分が多い濃厚な味

ねん ちゅう ぎょう じ
**年中行事に
 欠かせない**

だい す あすき
大豆と小豆のおはなし



せつ ぶん まめ
なぜ、節分に豆をまくの？

季節の変わり目は体調を崩しやすくなる人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼（邪気）」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆が使われるのは、「魔滅（鬼をほろぼす）」につながるという説や、いった大豆が「豆をいる＝魔目（鬼の目）を射る」につながるなどの説があります。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

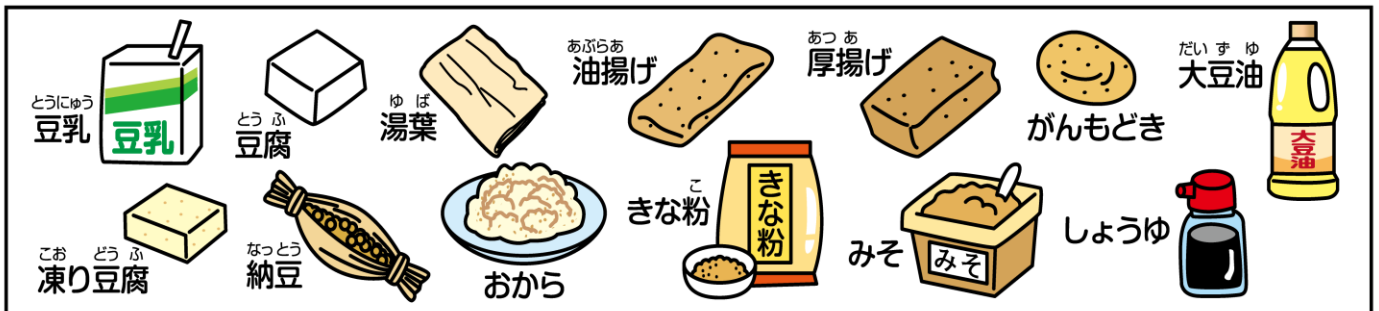


だい す まめ ち しき
大豆の“豆”知識

大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



だい す
大豆からできるもの



あすき まめ ち しき
小豆の“豆”知識

和菓子などに使われる小豆も、大豆同様に古くから重要な食べ物でした。昔の人は、小豆の赤い色が「太陽＝生命力」を象徴すると考え、魔除けの意味を込めて行事やお祝いのときに取り入れてきました。



ねん ちゅう ぎょう じ あすき りょう り
年中行事と小豆料理

かがみびら 鏡開き	こしょうがつ 小正月	ひ かん お彼岸	しち ご さん 七五三	こと よう か 事八日	とう じ 冬至
 しるこ お汁粉・ぜんざい	 あすきがゆ	 おはぎ・ぼたもち	 せき はん 赤飯	 おこと汁	 いとこ煮