

節分のいわれ

立春の前の日を節分と呼んでいます。今年は2月3日に当たります。前年の邪気をすべて払ってしまうための行事が豆まきです。豆に煎りまめを使っていました。生豆を使わないのは、「拾い忘れたものから芽が出ると良くないことがある」と言われているからです。

豆を使った料理・・・五目大豆、大豆ハンバーグ、カミカミサラダ、
小魚と大豆のからめ煮、ミネストローネ

豚汁をみんなで作りました。

0.1 歳児・・・しめじをさく。

2 歳児・・・こんにゃくちぎり、豆腐をスプーンで切る。

3 歳児・・・人参の皮むき、切る。

そう組・・・大根、じゃが芋の皮むき、ねぎを切る。

切り終わった材料を年長児ひとりひとりが大きい鍋に入れ、作る工程も経験しました。自分で作ったおにぎりと豚汁をお遊戯室でみんなと一緒に食べました。おいしかったね。

2月 給食だより

* 次のうち毒のある魚はどれでしょうか？

①たら ②あんこう ③ふぐ

答え ③番

*ふぐの毒はテトロドトキシンと呼ばれ、フグの肝臓や卵巣などの内臓、種類によっては皮、筋肉にも含まれています。猛毒のため、免許がないと調理できません。

コールスローサラダ

材料（1人分）

コーン 9g きゅうり 15g きゃべつ 15g

ミニトマト 15g フレンチドレッシング 4g

作り方

- ① きゅうり・きゃべつはせん切りにして茹でる。
- ② コーンを茹でる。
- ③ ①+②を混ぜ、ドレッシングで味付けをする。
ミニトマトを半分に切り添える。