

2月の給食目標：楽しい雰囲気食べよう

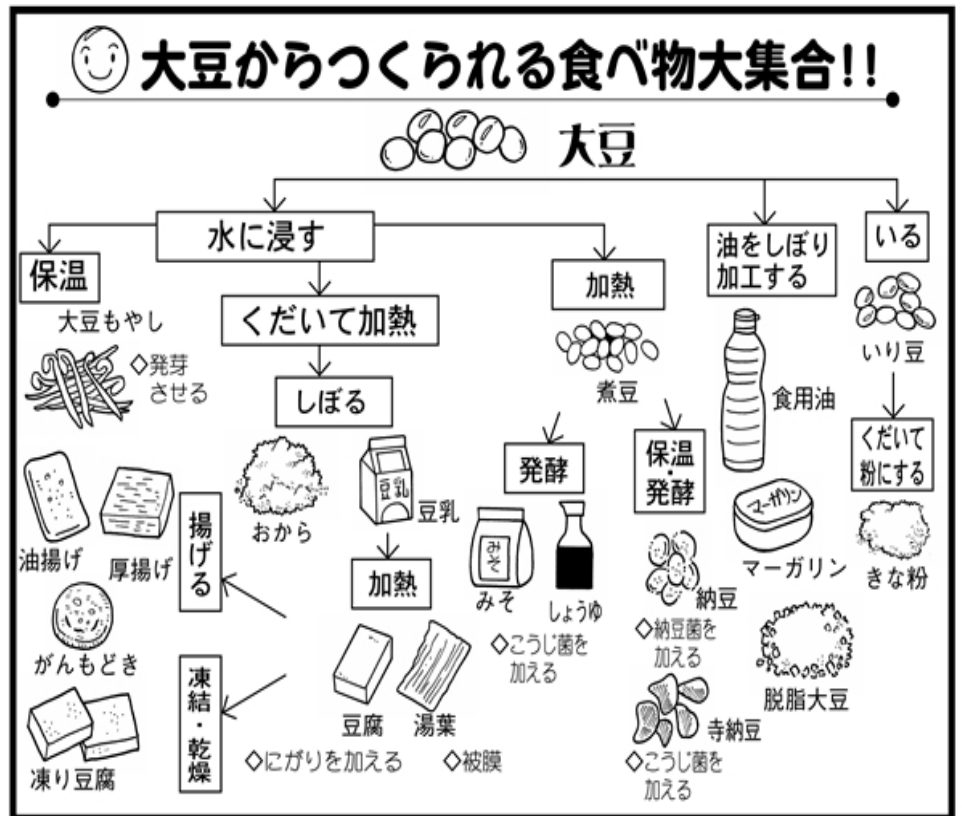
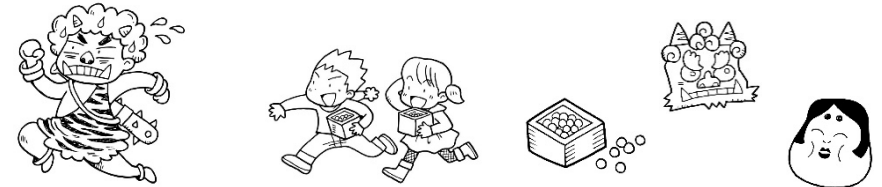
2月3日は「節分」です！

2月の行事「節分」とは、立春の前日のことで冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは立冬や立夏・立秋などの前日も節分と言われていました。この節分の日には季節の変わり目に物忌みをして無事に過ごすという習慣がありました。

「鬼は外！」のかけ声とともに豆をまくのは、豆にある「霊力」で災いをはらう意味があります。またこの日には、ひいらぎの枝にいわしの頭をさして門や軒下に立て、邪気をはらうという習慣もあります。

2日の給食では、でん粉をつけて揚げたいわしに甘辛なたれをつけた「いわしの甘辛揚げ」、大豆にきな粉と蜜をからめた「きな粉大豆」が出ます！

そして今月は“大豆・大豆製品”を使った献立がたくさんです！大豆からできる食べ物には、どんなものがあるでしょうか。注目してみてください！



大豆メニュー【料理紹介】 きな粉大豆 (4人分)

材料 炒り大豆：40g 砂糖：10g 水：小さじ1 きな粉：5g
食塩：少々

作り方 ①鍋で砂糖と水を煮立たせ、大豆を加え、からませるように混ぜる。
蜜が固まってきたら、火を止める。
②きな粉、食塩を加え、全体的にあえて完成！

