

令和6年度 給食便り 2月

幼保連携型認定子ども園 歌敷山保育園

新年を迎えて早くも一か月。暦の上では立春。少しずつ春が近づいています。それでもまだまだ寒暖差が厳しく、冷え込む日々が続きます。子どもたちが寒さや風邪に負けないよう、給食でも根菜類や温かい汁物を作り、元気いっぱい毎日をすごせるようにしていきます。

今月の給食だよりのテーマは「節分」です。

今年の立春は2月3日。前日の2月2日は新しい季節が始まる区切りの日とされる節分です。邪気や悪いものを落とし、新しい年に幸運を呼び込むための行事を行います。

豆まき：厄を払うために炒った豆をまき、歳よりも一つ多く福豆を食べます。



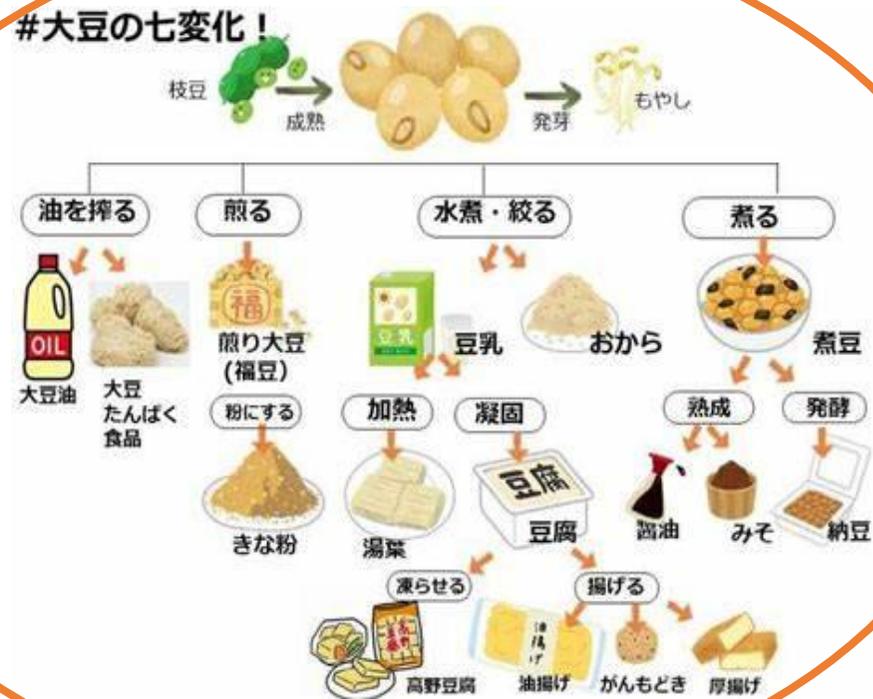
鰯：鰯を食べ、邪気を払います。

柗鰯：厄除けに焼いた鰯の頭を柗の小枝に刺して玄関に飾ります。

恵方巻：七福の具を入れて作る巻きずしです。商売繁盛や厄払いの意味を込め、その年の吉方の方角を向いて一気に食べます。今年の恵方は「西南西」です。



#大豆の七変化！



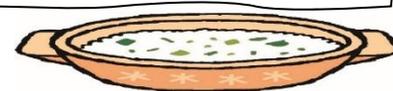
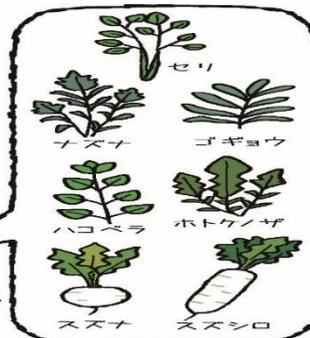
1月の人気メニュー

イタリアンチキン・ソーセージチャウダー・ポテタマサラダ
オニオングラタンスープ・じゃじゃ麺・スティックパイ

「イタリアンチキン」：お部屋に入ってきた子どもたちから「わあ！美味しそう！」の声を聞くことができました。食べてからも「今日の給食ぜんぶおいしい！」と言ってくれました。「オニオングラタンスープ」：寒い日にぴったりのメニューとして作りました。「パンがはいっているの？」とびっくりしている子もいました。チーズもスープの上でいつもより柔らかく仕上がり、美味しく食べてくれました。汁物の中でも「ソーセージチャウダー」や「コンスープ」は特に人気があり、よくおかわりをしてくれました。「スティックパイ」：サクサクの食感を気に入ってくれたようで前回「また作って」と嬉しいリクエストがありました。これからも子どもたちの声をよく聞いて、おいしい給食を作っていきます。

今月の食育 「春の七草」

春の七草を食べる日本の風習があるという話を聞いてから、七草の絵を見ながら節をつけてみんなで読みました。給食では1年の無病息災を願いながら、七草雑炊を食べました。



29日に「胡瓜とツナの塩昆布和え」を給食で食べました。お配りしている防災のプリントに防災時の時短メニューとして「チーズリゾット」「じゃこパン」のレシピと共に詳しく載せています。
* 水煮や乾物、缶詰、瓶詰など長期保存できる食材をストックしておくとお安心ですね。

2月19日 郷土料理「大分県」 <しょうけめし・とり天・大根のにすあえ・だんご汁>

<しおけめし> <材料>4人分 「塩気飯がなまってしおけめしとなりました」

米・・・3号 干椎茸(水で戻す)・・・3枚 牛蒡、人参、筍・・・各50g

濃口醤油・・・20cc 薄口醤油・・・40cc みりん・・・30cc 水・・・2.5カップ

<作り方>

- ① 牛蒡はさがき、他の食材はせんざりにする。
- ② 研いでから30分ザルに上げた米を炊飯器に入れ、調味料を入れてから、3合のメモリに合わせて水を入れる。①の食材を上にもんぺんなくのせて炊飯する。
- ③ よく混ぜ合わせ、お茶碗に盛り付けてできあがり。

※給食ディスプレイの棚に、人気メニューや新メニューのレシピを置いています。

今月は「岩手県の郷土料理 じゃじゃ麺」です。ぜひ作ってみてくださいね。