

# 2月 給食だより



「早ね早おき朝ごはん」

運動シンボルマーク



## こんだて 献立について

### ぎょうじしょく せつぶん 行事食 節分



おに (かぜやびょうきなどの良くないもの) をおにをはらい、ふくをよび込む伝統行事です。

給食では鬼が嫌うとされるイワシをかば焼きにした「いわしのかば焼き丼」と福豆に代えて炒り大豆をきなこでからめた「きなこ豆」を用意します。また、野菜がたっぷり入ったさつまいろ汁を合わせています。



### ねりまくいっせいなが ひ 練馬区一斉 長ねぎの日

1月に続き、2月も練馬区一斉給食が予定されています。この日は練馬区内でとれた長ねぎが10kg本校に配布されます。みそ汁に新鮮な長ねぎをたっぷり使い、風味豊かに仕上げます。



### ことようか 事八日

12月8日と2月8日の行事を総称して「事八日」といいます。事八日に無病息災を祈って食べる「おこと汁」を給食で用意します。

おこと汁はたっぷりの野菜とあずきなどが入った具たくさんなみそ汁です。あずきが魔除けとなり、具たくさんで栄養豊富なうえ、寒い季節に体の芯から温まります。そのことから、心と体に効くと考えられていました。西京みそを使うため、いつものみそ汁と味わいも変わります。



出典：こころとからだのけんこう学校給食

<h4>イワシ</h4> <p>イワシを焼くにおいで鬼を追い払います。イワシの頭はヒイラギの枝に差して玄関に飾り、厄除けに使います。</p>	<h4>大豆</h4> <p>いった豆をまいて鬼を追い払い、年齢の数だけ豆を食べて1年の幸福を願います。</p>	<h4>恵方巻き</h4> <p>太巻きずしを切らずに、その年の縁起の良い方角(恵方=今年のは東北東)を向いて食べるというものが、関西地方の一部地域の風習が全国に広まりました。</p>
<h4>そば</h4> <p>年越しそばと同じように、新年への願いを込めてそばを食べる風習があります。</p>	<h4>こんにゃく</h4> <p>体の中にたまった砂(不要なもの)を出す「砂おろし」として、こんにゃく料理を食べる地域もあります。</p>	