



# 給食だより

ねりまくりつ はしどしょうがっこう  
練馬区立 橋戸小学校

早寝早起き朝ごはん

「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

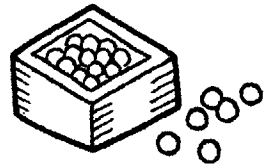
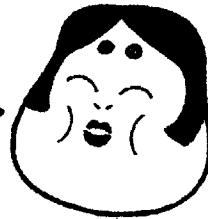


2月4日は暦の上では立春、春の始まりです。しかし、まだまだ寒い日は続きそうです。かぜをひかないようにバランスのよい食事を心がけましょう♪



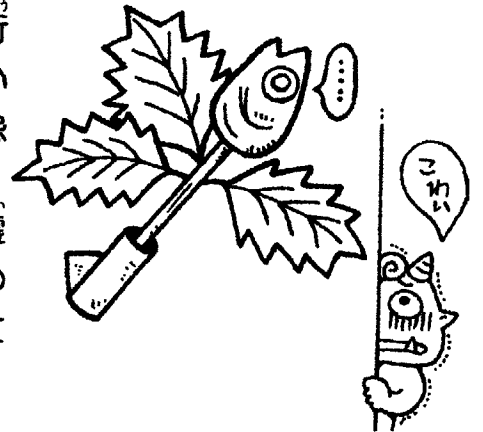
せつ 節

ぶん 分



節分は立春の前日、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いわれていました。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すす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「靈力」をもって、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刺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。



鬼は～そと～  
福は～うち～



2月の献立から

3日(月) 節分献立



★ やこめ・・・米、もち米、大豆を炊いたご飯。

2がつう おたんじょうびきゅうしょく 2がつ か すい  
・2月生まれのお誕生日給食は 2月5日(水)です。