



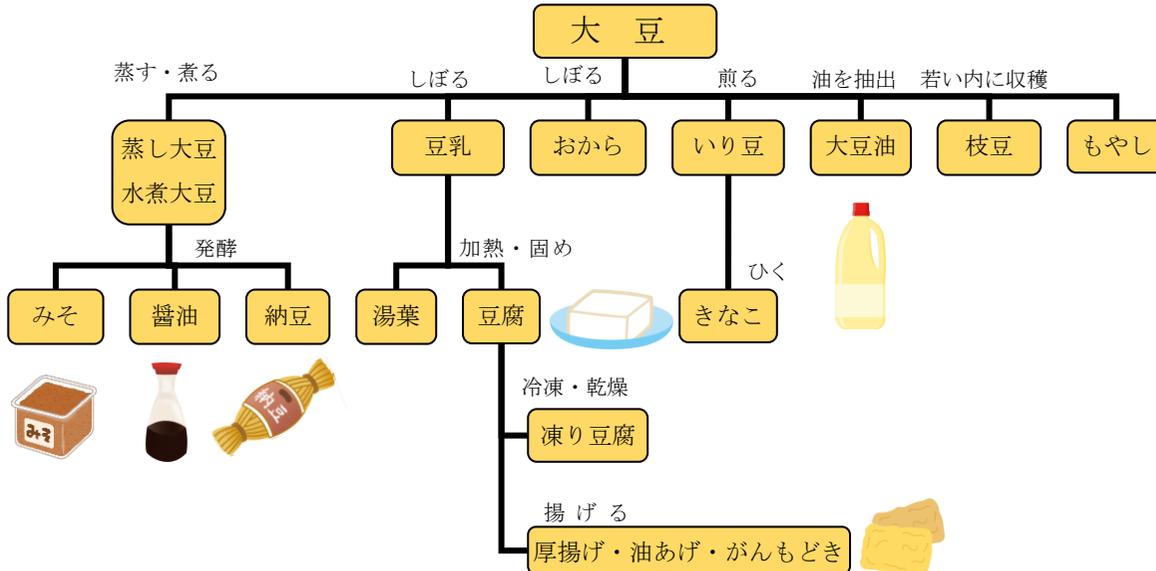
令和7年の節分は2月2日です。節分は季節を分ける日という意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として現代に伝わっています。

☆なぜ、節分に豆をまくの？

季節の変わり目は体調を崩しやすくなる人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼（邪気）」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」のかけ声で行われる豆まきです。豆が使われるのは、「魔滅（まめつ：鬼をほろぼす）」につながるという説があります。豆まきの後には、自分の年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。いり大豆やナッツ類は、5歳以下の子どもでは窒息の危険性があります。ご家庭で食べさせる際は、保護者の目の届くところで飲み込みには十分に注意してください。

☆大豆の豆知識

大豆は体をつくるたんぱく質を多く含み「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われる他、様々な食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



☆令和6年12月21日（土）は「もちつき」でした

12月21日（土）きく組はもちつきでした。自分たちでついたり、丸めたりしたおもちは、きなこもちやぜんざいにして保護者と一緒に食べました。もち米や漬物などの差し入れをありがとうございました。なお、使いきれなかったもち米は1月15日（水）の行事食「赤飯」に使用させていただきました。（右が写真です。）

日(曜日)	お給食	おやつ
1(土)	ちゃんぽん・ブロッコリーおかか和え(魚)・フルーツ	おかし(魚)
○3(月)	ポークビーンズ・スパゲティサラダ(卵・魚)・チーズ	鬼さんゼリー
4(火)	さばのケチャップ焼き(魚)・中華もやしサラダ(卵・魚)・春雨スープ	フルーツ
5(水)	ユーリンチー・ピーナッツ和え・もずくのかきたま汁(卵)	マヨネーズトースト(卵)
6(木)	カレーうどん・ポテトサラダ(卵・魚)・フルーツ	チョコチップパウンドケーキ(卵)
7(金)	スパニッシュオムレツ(卵)・五目焼きビーフン(卵・魚)・白菜スープ(卵)	ハムチーズ蒸しパン(卵)
8(土)	みそラーメン(卵)・さつま芋の甘煮・フルーツ	おかし(卵)
10(月)	八宝菜(卵・魚)・春雨サラダ(卵)・フルーツ	黒糖ポップコーン
11(火)	建国記念日	
12(水)	白身魚のクリームコーン焼き(卵・魚)・大根の和風ツナマヨサラダ(卵・魚)・ブロッコリーのミルクスープ	きなこクッキー
○13(木)	豚丼・のり和え・かきたま汁(卵・魚)	フルーツ
14(金)	焼き魚(魚)・ほうれん草のいそ和え・じゃが芋のみそ汁(魚)	おからのココアケーキ(卵)
15(土)	ミートソーススパゲティ・フライドポテト・フルーツ	おかし(卵)
17(月)	さばのみそ煮(魚)・昆布和え・洋風かきたま汁(卵)	かみなり揚げ
○18(火)	ローストチキン・ひじきサラダ(卵)・芋とわかめのスープ(卵)	バナナアイス
19(水)	麻婆豆腐・コーンとわかめの酢の物・フルーツ	大学芋
○20(木)	かぼちゃとチーズの重ね煮(卵)・じゃが芋のカレー炒め・チーズ	りんごゼリー
21(金)	煮魚(魚)・紅白なます・かきたま汁(卵・魚)	フレンチトースト(卵)
22(土)	パン(卵)・牛乳・マヨネーズフィッシュ(卵・魚)・コンソメスープ・フルーツ	おかし
24(月)	振替休日	
25(火)	みそおでん(魚)・しゅうまい(卵・魚)・ブロッコリーのいそ和え	ヨーグルトケーキ(卵)
○26(水)	ビーフシチュー・ツナサラダ(卵・魚)・チーズ	フルーツ
27(木)	チャップチェ・れんこんのごまマヨ和え(卵)・みそ汁(魚)	豆腐入りきなこスコーン(卵)
28(金)	さばのみぞれ煮(魚)・じゃが芋のシャキシャキ炒め・玉子スープ(卵)	抹茶バタークッキー(卵)



★3時のおやつ時の飲み物は牛乳・お茶です。  
 ★都合により献立が変更する場合があります。  
 ★献立表の黄色マーカーは魚と卵のアレルゲン表示です。アレルギー児は、除去食または代替食で対応しております。

○の付いている日はスプーンをお願いします。