

給食便り



H29. 2. 24 (金)
こども園 いしはら
給食室 No. 129

いただきますーす!



2017年の2月3日は「節分」、次の日が「立春」、この日から暦の上では春です。

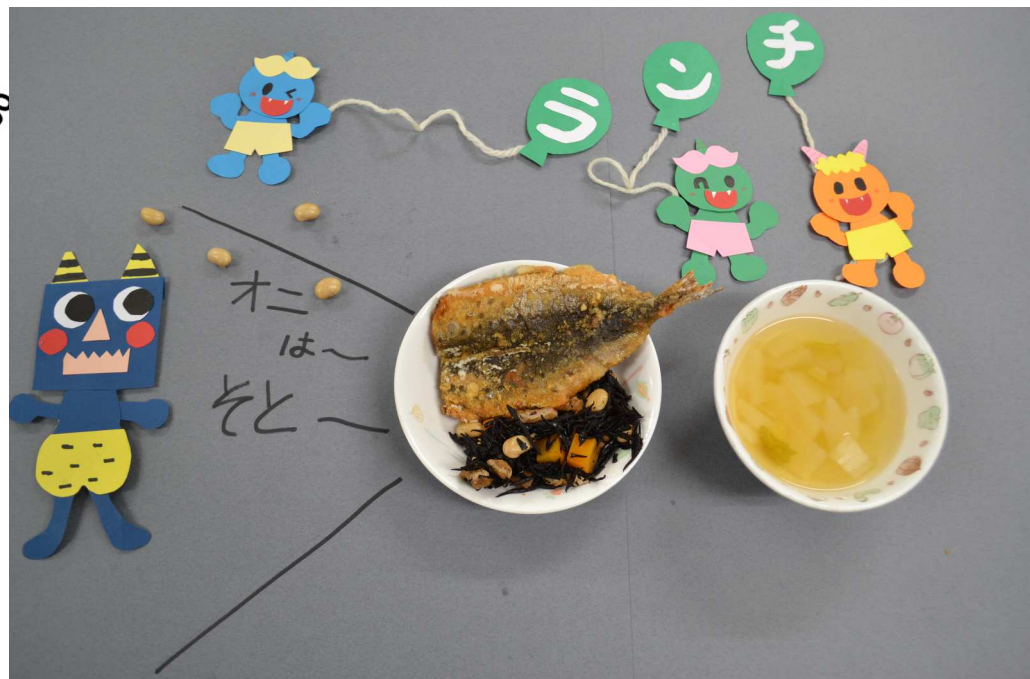
節分には豆をまいて厄ばらいをします。

「厄」を「鬼」にたとえて「鬼は外!」と豆まきをします。また、戸口に鰯の頭(焼臭やいかかし)を立て、邪気をはらうことから、節分には鰯料理や大豆料理を食べる風習があります。



紙芝居や栄養のお話、みんな、とてもしっかり聞いてくれてました。野菜や果物の種類もたくさん知っていて感心しました。畑でお野菜の世話をしたり、お手伝いをたくさんしているからかなあ~

「鬼は~そと!ランチ」



☆鰯の梅風味揚げ
☆ひじき豆
☆すまし汁

食育クイズ Q 大根で一番辛いのは、どの部分?

①葉っぱのほう ②真ん中 ③先のほう

A 正解は③。先のほうは辛みが強く、繊維質。大根おろしに適しているのは、甘み強い葉っぱに近い部分です。真ん中は水分が多く固いので、おでんなどの煮物に向いています。