



# 網干保育園 給食だより

令和4年 2月

☆おやつ ◎手作りおやつ

2月	10時のおやつ	3時のおやつ
1 水	スキムヨーグルト	◎のりまき
2 木	せんべい	揚一番
3 金	ミレービスケット	ハッピーターン
4 土	ラムネ菓子	スティックチーズ
6 月	ウエハース	◎ケーキ
7 火	スキムヨーグルト	ハッピーターン
8 水	スキムヨーグルト	◎クッキー
9 木	スキムヨーグルト	せんべい
10 金	スキムヨーグルト	チョイス
13 月	ミレービスケット	ぱりんこ
14 火	せんべい	ホームパイ
15 水	ウエハース	白い風船
16 木	スキムヨーグルト	せんべい
17 金	スキムヨーグルト	◎プリン
18 土	ラムネ菓子	スティックチーズ
20 月	みかん缶	マリー
21 火	スキムヨーグルト	ばかうけ
22 水	スキムヨーグルト	◎サンドウィッチ
24 金	ウエハース	ムーンライト
25 土	ラムネ菓子	スティックチーズ
27 月	ミレービスケット	◎ケーキ
28 火	スキムヨーグルト	えびせんべい

給食目標：寒さに負けない体をつくる  
 食べることに自信をもつ  
 友だちや保育者と楽しく食事をする

旬の食材：さわら わかさぎ いわし いか  
 ひじき 小松菜 ほうれん草 菜の花  
 白菜 大根 かぶ 白ねぎ

鬼は～そと！  
 福は～うち！



2月3日は節分です。節分は立春の前日で、1年の災いを鬼に見立てて追い払い、福を呼び込むといった風習があります。大きな声で元気よく「鬼は～外！福は～内！」と豆まきをして鬼を払いましょう。

### ・節分にまつわる食べもの

豆：「魔滅」に通じ、豆をまくことで魔を滅する力があると考えられることからきています。また豆を自分の年齢より1つ多く食べると、体が丈夫になり、風邪をひかないという習わしがあるところもあります。節分の豆は煎り豆を使うのは、「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」といわれているからです。



イワシ：鬼はイワシを焼く煙を嫌うといい、西日本では、節分にイワシを焼いて食べる「節分いわし」の風習があります。焼いたイワシの頭は、柵の小枝に刺し、家の戸口に置いて鬼の侵入を防ぐ焼嗅(やいかがし)という風習がうまれました。柵鯛(ひいらぎいわし)と呼ぶこともあります。そのほかに、戸口ににんにくや髪の毛をつるす地方もあります。



### 大豆のだ～い・へ・ん・し・ん！

