



2月の給食だより



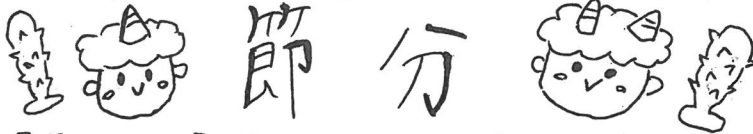
親隣館保育園 R7. 明間 未来

暦の上では、立春を迎えますが、まだまだ寒い日が続きそうですね。低温に加え、空気が乾燥するためインフルエンザやノロウイルス等の感染症もまた、流行してくる季節でもあります。手洗い、うがい、水分補給、バランスの良い食事を心がけて寒い冬を元気に乗りこえましょう。

知っている!! 節分の知識!!

「だいず」の「だいへんしん」

2がつ2にちは



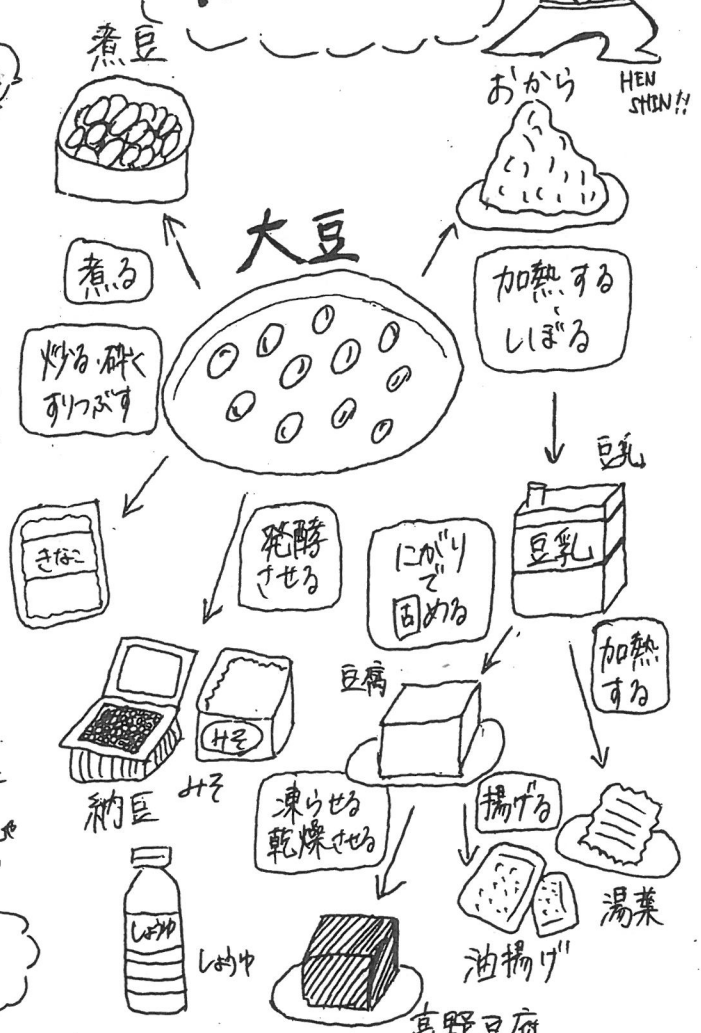
「節分」とは「季節」を分けるという意味があります。季節を分ける日は1年間に4回(立春、立夏、立秋、立冬)あり、春夏秋冬それぞれが始まる前日を「節分」といいます。<立春は2/3!!>

★ なぜ4回あるのに1回だけ豆まきするの? ★
昔の日本では、春が1年の始まりとされ、特に大切にされてきたようです。そのため、立春の前日、つまり冬と春を分ける日だけを節分と呼ぶようになりました。

★ なぜ豆まきをやるの? ★
豆には魔除けや邪気払いの効果があるとされ、豆 = 魔目(鬼の目)を減らすという説や、炒った豆を投げるのは、生の豆をまき、捨てる時に豆から芽が出ることは縁起の悪いこととされている説や「炒る」を鬼の目を「射る」にかけて語呂合わせが由来という説もあります。

★ なぜ恵方巻を食べるの? ★
古代中国で、節分に恵方(恵方)を向いて特定の食べ物を食べることで、厄を払い、福を招くという信仰が、日本に伝わり、恵方巻として食べるようになりました。恵方巻は七福神にちなんで7種類の具材を包み、「縁を切らない」「運を逃さない」ように切りわけず、1本まるごと恵方に向かって黙って願いごとをしほから食べると厄除け、願いごとが叶うとされてきました。

◎ 給食では、2がつ2にちに「おまめドライカレー」を提供します!!



レシチン
・動脈硬化予防
・コレステロールの低下
・記憶力UP

イソフラボン
・女性ホルモンと似た作用
・骨粗鬆症予防
・抗酸化作用

大豆たんぱく質
・火の肉といわれるほどの良質なたんぱく質
・血中コレステロールの低下
・肥満の改善効果

今年も西南西

