

# 2月 きゅうしょくだより

令和6年(2024年)2月  
牧野小学校

寒い日でも子どもたちは、元気に活動しています。全国的にかぜやインフルエンザの流行が心配される時季です。牧野小学校でも学級閉鎖のクラスが出ています。外から帰ったときや食事の前には、手洗い・うがいをお願いします。また、朝昼夕と3回の食事をしっかりと、夜更かしせず十分な睡眠時間を確保して体をしっかりと休め、体調を崩さないように気をつけましょう。



## 節分と行事食

節分は、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことですが、現在では、立春の前日だけをさすことが多いです。昔の人は、冬から春へと変わる立春を新しい1年の始まりと考え、お正月と同じように大切にしていました。その前日となる節分は、大晦日のような位置付けて、1年の無事や幸福を祈る行事や行事食が伝わっています。

<h3>イワシ</h3> <p>イワシを焼くにおいて鬼を追い払います。イワシの頭はヒラギの枝に差して玄関に飾り、厄除けに使います。</p>	<h3>大豆</h3> <p>いった豆をまいて鬼を追い払い、年齢の数だけ豆を食べて1年の幸福を願います。</p>	<h3>恵方巻き</h3> <p>太巻きずしを切らずに、その年の縁起の良い方角(恵方=今年は東北東)を向いて食べるというもので、関西地方の一部地域の風習が全国に広まりました。</p>
<h3>そば</h3> <p>年越しそばと同じように、新年への願いを込めてそばを食べる風習があります。</p>	<h3>こんにやく</h3> <p>体の中にたまった砂(不要なもの)を出す「砂おろし」として、こんにやく料理を食べる地域もあります。</p>	

## じゃがいものポタージュ

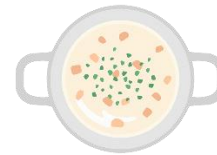
- ざいりょう じんぶん  
材料(5人分)
- ベーコン(1cm幅)・・・50g
  - たまねぎ(うす切り)・・・250g
  - ※じゃがいも(ゆでてつぶす)・・・100g
  - ※じゃがいもペースト・・・150g
  - ※じゃがいもを250gでも可
  - パセリ(みじん切り)・・・2.5g
  - 牛乳・・・100ml
  - 生クリーム・・・大さじ1



- とりがらスープ・・・大さじ2弱
- 塩・・・少々
- こしょう・・・少々
- 油・・・適量
- 水・・・300ml

きゅうしょく  
～給食のこんだてより～  
《作り方》

- 鍋に油を入れて熱し、ベーコンを炒める。
- 玉ねぎを加え、塩こしょうをしてしっかり炒める。
- 水・とりがらスープを加え、沸騰してきたら、じゃがいも、じゃがいもペーストを入れる。
- 牛乳、生クリームを入れて味を調え、パセリを散らす。



※給食の量を基準にしていますので、家庭で調理する時は調整してください。

## 線でつなごう! 冬の食べもの漢字 & 英語クイズ

冬に美味しい食べもののカードが並んでいます。漢字と英語のカードをそれぞれ線でつないでみましょう。

林檎	ぶり	radish
蓮根	だいこん	lotus root
鮎	りんご	oyster
白菜	れんこん	apple
牡蠣	かき	yellowtail
大根	はくさい	chinese cabbage

こたえ  
林檎—りんご—apple 蓮根—れんこん—lotus root 鮎—ぶり—yellowtail  
白菜—はくさい—chinese cabbage 牡蠣—かき—oyster 大根—だいこん—radish

