

きゅうしょくだより

令和6年(2024年)2月
枚方市立菅原東小学校

今年の冬の寒さは例年に比べていかがでしょうか。この寒い朝でも子どもたちは、朝から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。外から帰ったときや食事の前には必ず手洗い・うがいをしましょう。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。

<p>イワシ 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>	<p>大豆 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>	<p>恵方巻き 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>
<p>そば 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>	<p>こんにやく 体の中にとまった砂(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

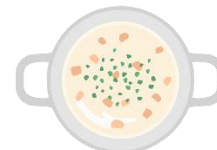


- とりからスープ・・・大さじ2弱
塩・・・少々
こしょう・・・少々
油・・・適量
水・・・300ml

きゅうしょく
～給食のこんだてより～

《作り方》



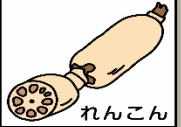


- 鍋に油を入れて熱し、ベーコンを炒める。
- 玉ねぎを加え、塩こしょうをしてしっかり炒める。
- 水ととりからスープを加え、沸騰してきたら、じゃがいも、じゃがいもペーストを入れる。
- 牛乳、生クリームを入れて味を調え、パセリを散らす。



※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。

線であなごう! 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あなごうでみましょう。

林檎		radish
蓮根		lotus root
鮎		oyster
白菜		apple
牡蠣		yellowtail
大根		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

