給食だより

木花こども園
令和４年２月

立春は春の始まりという季節の言葉ですが、２月は１年の中で寒さが最も厳しい月です。感染症が流行する時期でもあります。手洗い、うがいをしっかり行うとともに、普段からいろいろな食べものをバランスよく食べ、感染症に負けない丈夫な体をつくりましょう。

【２月の目標】

食べ物に感謝しよう

「いただきます」とは命をくれた動植物や、手間をかけた人たちに対して感謝する言葉です。

★２月３日のおやつ

〈鬼むしパン（４人分）〉

さつまいも　60ｇ	★小麦粉　60ｇ
牛乳（豆乳）50 cc	★ベーキングパウダー　1ｇ
サラダ油　小さじ１	★塩　小さじ 1/6
	★砂糖　20ｇ

①さつまいもは 5～8 ㎜角に切り軽くゆがく。
②★印を合わせてふるい、牛乳、油と混ぜ合わせ、容器に流す。
③さつまいもをちらし、蒸し器で 15～20 分蒸す。

※鬼蒸しパンと手作り市松模様のクッキー（炭治郎柄）を出す予定です。

＜行事の由来＞

節分は「季節のわかれ目」という意味があり、立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれの前日、年４回あります。
旧暦では１年は春に始まると考えられていたため、立春の前日の節分を特に大切にしてきました。
昔は病気や飢餓、災害などは鬼（魔物）の仕業とされており、季節の変わり目に鬼が出ると言われていました。
この鬼の目に、魔を滅する豆を投げつけることで鬼を追い払い、福を呼び込んで １ 年の無病息災を祈ったと言われています。

＜節分の食べもの＞

●いわし
鬼はいわしのにおいが苦手と言われ、家の入口に置いて侵入を防ぎ、食べることで邪気を払ってくれると言われています。

●恵方巻
大阪発祥の風習と言われ、その年の恵方を向いて丸かじりをすると願いが叶い、無病息災や商売繁盛をもたらす縁起のよい太巻きです。

【１月の食育活動】

子どもたちには畑の野菜の収穫やおやつの盛り付けなどをしてもらいました。朝どれの野菜（水菜、チンゲン菜、小松菜）はどれもみずみずしく、柔らかくておいしかったです。また、くま組～ぞう組の園児には**手作り和菓子の練りきりとお抹茶**をいただく日を設けました。和菓子を初めて食べる子も多く、切り方に苦戦する姿も見られましたがぺろりと食べてくれました。抹茶もおかわりしてくれました。

（梅、桃、みかん、桜　写真左上から）