

給食だより



アップルナースリー保育園

2月
February



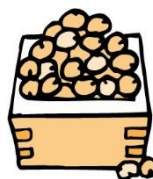
～恵方巻きについて～



節分の日には食べると縁起が良いとされている太巻き寿司を恵方巻きといいます。

その年の恵方（令和2年の恵方は西南西）に向かって無言で、願い事を思い浮かべながら太巻きを丸かじりするのが習わしとされています。

給食でも、恵方巻き（巻き寿司）を予定しています。
ご家庭でも、恵方巻きやイワシ・アジを使った料理、五目豆など、節分メニューを楽しんでみては。



～節分について～



2月3日は節分の日です。

2月4日は立春で、暦の上ではこの日から春が始まります。季節の変わり目には邪気（鬼）が生じると考えられており、それを追い払うため、行事が行われるようになりました。

炒った大豆を福豆と言い、「鬼は外、福は内」と豆まきを行い、悪いことは外に追いやり、良いことを内に取り込みます。

豆まきが終わったら、1年間無事にすごせるように願いながら、自分の年齢よりもひとつ多く豆を食べます。

ひとつ多く食べるのは、節分が新しい年の邪気払いであることや、昔は数え年といって生まれた年から1歳と数えたからです。

～旬の果物・いちご～

千葉県産いちごは、12月下旬～2月が旬です。

果実のヘタ付近まで赤く色づいていて、赤い色が全体に均一に着色しているもの。ヘタがぴんと立っていて、ヘタの緑が鮮やかなもの。透明なパックなどの容器に入っているものは、パックの底から確認できます。果実がふっくら太っていてツヤがあり、ツブツブがはっきりくっきりしてそろっているものを選びましょう。

