



# 給食だより

2月号

暦の上では立春を迎えますが、まだまだ寒い日が続いています。風邪やインフルエンザに負けないように、バランスのよい食事を心掛けたいですね。

## もちつき

1月17日(木)、園庭でもちつきをしました。つき手のご協力ありがとうございました。子どもたちもちをついている子に声援を送りながら、楽しくつくことができました。今年も磯部餅ときな粉餅でしたが、どちらもたくさん食べてくれました。

## 節分

2月3日は節分です。暦の上では大寒を過ぎると春到来です。冬から春への季節の変わり目が立春ですが、その前日のことを季節の節をわけるといった意味で「節分」と呼んでいます。この時期は季節の変わり目で不順な天候が続くため、病気になりやすく「体の中から邪気(病気)を追い払う」といった願いも込められています。

今年は3日が日曜日のため1日の昼食にめざし焼き、おやつに煎り大豆を使った豆のおこしを出す予定です。2歳児クラスは大豆の誤飲防止の為、ふだん通りコーンフレークとパンのおこしを提供します。おこしは子どもたちに大人気です。ぜひご家庭でも作ってみてはいかがでしょうか。

## 豆おこしのレシピ

### <材料 家庭で作りやすい量>

- ・食パン…8枚切2枚  
(ロールパン2個でも)
- ・節分用の煎り大豆…50g
- ・バター…30g
- ・マシュマロ…55g(1/2袋くらい)

### <作り方>

- ① パンを1cm角に切り、100℃のオーブンでカリカリにする。
- ② フライパンにバターを溶かし、マシュマロを入れ溶かした後に豆、①のパンを加えて素早く混ぜる。
- ③ お皿にうつし、冷めたら食べやすい大きさにちぎって出来上がり。

