

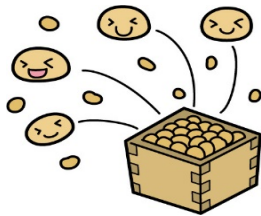


2月 給食だより

令和2年2月
面川報徳保育園
分園大戸報徳保育園



暖冬の今年。子どもたちは雪がちょっぴり恋しい毎日です。しかし、例年どおり風邪やインフルエンザ、胃腸炎などは流行しています。抵抗を強くするためにも、バランスの良い食事を心がけ、手洗い、うがいも行いましょう。2月は豆まき、お店屋さんごっこなど楽しい行事がたくさんです。元気に迎えられるようにしましょう。



節分にまつわる食べもの



豆

豆まきをして邪気を払い清めます。季節の変わり目には天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病気)を追い払うのです。豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは、『**拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある**』と言われるからです。

やいかがし

戸口にイワシの頭やひいらぎをさします。

いわし

いわしの臭みで鬼がちかづかないように。

ひいらぎ

葉のとげで鬼の目を刺して家の中への侵入を防ぐために。



鶏肉のオレンジ煮



【材 料】

鶏もも肉	一枚 (約250g)
オレンジジュース	1本 (200cc)
コンソメ	10g
バター	10g
水	適量

【作り方】

- ①鶏肉をから揚げくらいの大きさに切る。
- ②深めのフライパンに材料を入れて20から30分煮る。
バターの照りと少し焦げ目がつく程度が美味しいです。

