

今月の行事食

～節分(2/3献立)～

2月3日は節分です。昔は立春(2月4日)から春になると言われ、「季節を分ける日」として節分と呼ぶようになりました。

季節の分け目には鬼が出ると言われ、節分に、焼いたイワシの頭をヒイラギの枝にさして玄関にかざって魔よけにしたり、豆まきをして鬼を追いはらったりします。豆(大豆)は魔滅(魔物が滅びる)に通じ、その魔物の目(魔目)をめがけて投げることで、鬼のような魔物がもたらす災難や病気を寄せつけないと言われています。

豆まきに使用する、炒った大豆「節分豆・福豆」は、豆まきの後、自分の年の数だけ食べると、体が丈夫になり、病気になりにくくなると言われています。

給食では、行事食として「イワシの梅煮」「けんちん汁」「節分豆」を出します。

また、「節分豆」のもとになる大豆は、色々な食材に変身します。

2月の給食には、様々な大豆製品を使用します。どの食材が大豆から変身した物か、考えながら食べてみましょう！



～初午(2/6献立)～

初午は、2月の最初の午の日に、稲荷神や蚕の神様をまつお祭りです。

この日は、稲荷神のお使いと言われるキツネの好物の油揚げを供えたり、蚕がたくさん繭を作るように、繭の形に作った初午だんごを飾ったりします。

初午だんごを食べるときには、しょうゆをつけずに食べます。しょうゆをつけると、繭がシミになって、不良繭になると嫌われていたためです。

給食では、行事食として刻んだ油揚げを使った「こぎつねごはん」と初午だんごの変わりとして「クリーム大福」を出します。



～受験応援献立(2/8献立)～

中学校3年生の受験応援献立として、受験に「勝つ」と願掛けをした「チキンソースカツ」を出します。

「受験に勝つ!」と自己暗示をかけることによって、潜在能力を発揮できたり、気持ちを前向きにさせたりする効果があると言われています。

受験当日、体調を崩さず頑張ってきた力を発揮するためにも、バランスのよい食事を規則正しく食べる食生活に、日頃から気を付けましょう!

