

2月 給食だより

令和8年2月
つくばみらい市立学校給食センター
住所：つくばみらい市中原11
TEL:0297-52-2338
FAX:0297-52-2036

年中行事に
欠かせない

大豆と小豆のおはなし



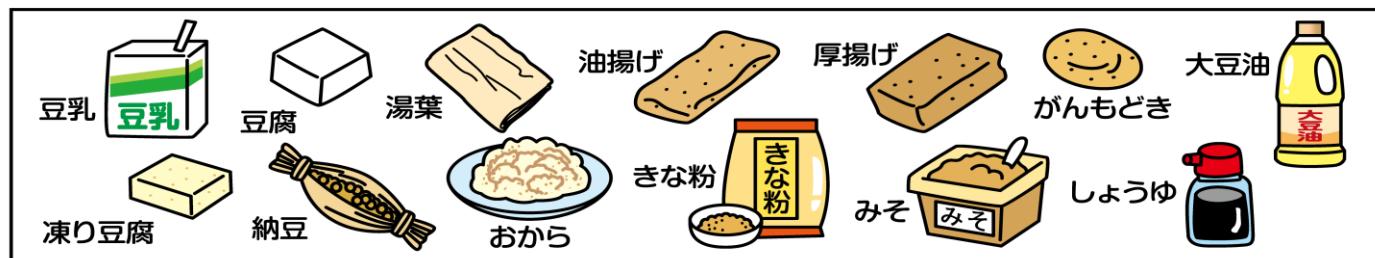
なぜ、節分に豆をまくの？

季節の変わり目は体調を崩す人が多くなりがちですが、昔の人は、これを「鬼（邪気）」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

大豆の“豆”知識



大豆からできるもの



小豆の“豆”知識



昔の人は、小豆の赤い色が「太陽＝生命力」を象徴すると考え、魔除けの意味を込めて行事やお祝いのときに取り入れてきました。

年中行事と小豆料理

鏡開き	小正月	お彼岸	七五三	事八日	冬至
お汁粉・せんざい	あずきがゆ	おはぎ・ぼたもち	赤飯	おこと汁	いとこ煮



生揚げと豚肉のみそ炒め

Aブロック18日 Bブロック16日

《材料》 小学校3~4年生×4人分

豚こま肉	70g
にんにく(すりおろし)	少々
油	6g
生揚げ (一口大)	80g
キャベツ (短冊切り)	110g
にんじん (短冊切り)	30g
A	
しょうゆ	4g
みそ	12g
砂糖	6g
水	適宜

《作り方》

- ① フライパンに油を熱し、豚こま肉をにんにくと一緒に炒める。
- ② ①に生揚げ・キャベツ・にんじんを加えて炒める。
- ③ A の調味料を合わせ、②に加えて炒める。



こちらのレシピはクックパッドに掲載予定です。
ぜひ、ご覧ください。(3月上旬掲載予定)



【小中学生の給食費について】

今月の引き落としは、2月2日（月）です。

引き落とし日の2~3日前までに銀行口座の残高をご確認いただき、未納のないよう、ご協力をよろしくお願ひいたします。

【献立予定表について】

市ホームページ等でご確認ください。