



たべるのだいす









柏木保育園 給食だより R4 • 2月号

寒さに負けず乗り越えましょう!

暦のうえでは立春を迎えますが、2月は1年でいちばん寒い季節です。空気が乾燥していて感染症などが流行し やすくなります。室内の換気と加湿を心がけて冬を乗り切りましょう。

へど大根を作りました

1月にひまわり組さんで畑の大根を使ったへそ

大根を作りました。 子ども達に畑から大根を抜いてもらい、給食室で皮をむき輪切りにした大根を茹で、冷凍し、 解凍した後、それを子ども達に竹串に刺しても

所がした。 所はした。 新園舎の風通しの良い場所に10日ほど吊るしておくと、大根はみるみる縮んで茶色く硬くなりました。それを水で戻し、しょうゆ、みりん、酒、砂糖で煮ると美味しいへそ大根の煮物の出来上がり。午後のおやつとしてひまわり組の子を達に戻りましたが、美味しいと言って喜るがでいました。 んで食べていました。



※写真はHP上だとカラーで見ることができます。

2月3日は節分の日!

節分は、本来は各季節の始まりの日(立春・立 夏・立秋・立冬)の前日のこと。とくに立春の前 日の2月3日が重要視されるようになりました。 節分には豆まきをしたり、恵方巻きを食べる風習 があります。

恵方巻きの定番具材

きゅうり…その名前から「9つの利」 えび…紅白の色から「めでたい」

しいたけ…傘の形が陣笠に似ていることから「護身」 うなぎ・あなご…力強さや長い姿から「出世」「長寿」

だし巻き卵…黄色い色から「金運」

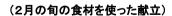
桜でんぶ…鯛をほぐしていることから「めでたい」 かんぴょう…細く長い形から「長寿」



旬の食材献立

(2月の旬の食材)

ブロッコリー、大根、白菜、小松菜、 ぶり、いちご、でこぽん



2月1日 白菜ゆかり和え ブロッコリーザラダ 2月3日 2月4日 でこぽん 2月7日 大根のみそ汁

2月10日 でこぽん 白菜のみそ汁 2月14日

2月15日 小松菜とちくわのお浸し、大根のみそ汁 いちこ 2月16日

2月18日 ぶり大根、白菜ゆかり和え、でこぽん 2月21日 2月22日 大根とツナの昆布和え

大根のみそ汁 ブロッコリーカレーソテー、 白菜のコールスロー 2月24日

2月25日 でこぽん 2月28日 白菜みそ汁













⑦‰等シのに挑戦

ぶり大根

●材料(2人分) ぶり2切れ、大根1/3本、しょうが1かけ ☆しょうゆ大さじ1と1/2 みりん大さじ1と1/2 酒大さじ2

●作り方

のぶりは1切れを2~3つくらいに切り、沸騰した湯に入れて霜降りにし、ざるに上げ、1切れずつ水洗いして水気をきる。

②大根は厚めのイチョウ切りにして鍋に入れ、かぶるくらいの水を入れて火にかける。

③大根が少し煮えてきたら、①と薄切りにした しょうがを入れ、☆を加えて落とし蓋をして煮る。

④味がしみて煮汁が減るまで煮詰め、 器に盛りづける。





