



2月給食だより



令和8年2月2日発行(訂正版)
由利本荘市立尾崎小学校

月	火	水	木	金
2日 ごはん とりにくのごまみそやき やさいのさっぱりいため おでん	3日 ごはん いわしのみそに ちくぜんに はくさいのみそしる ふくまめ(こくとうあじ)	4日 ごはん ふりかけ ぶたにくとやさいの みそいため せんべいじる	5日 こめこパン いちごジャム カレーうどん ツナマヨポテトソテー	6日 プルコギどん チンゲンサイのスープ
ふゆ いえ 冬と言えおでんですね。給食では、昆布とかつお節で丁寧(ていねい)にだしを取り、味がしみるように煮込んで作ります。	せつぶん まめ 節分の豆まきでは、落花生(らっかせい)をまくイメージもありますが、「邪気(じゃき)を払(はら)う力(ちから)がある」とされた「炒(いた)り大豆(だいず)」を使(つか)います。	きょう りつしゅん 今日(けふ)は立春(りっしゅん)。暦(れき)の上(うへ)では今日(けふ)から春(はる)ですが、まだまだ寒(ひや)い日(ひ)が続(つづ)きます。しっか(し)り養(えい)養(よう)をとって、風邪(かぜ)予防(よぼう)をしまし(ま)しょう。	おさきしやう 尾崎小(おさき)には大(おほ)き井(い)がなく、麵(めん)をたくさん食(た)べられませ(な)せん。パ(ぱ)ンを追(お)い加(か)えること(こと)で、不(ふ)足(そく)するエ(え)ネ(ネ)ル(ル)ギ(ギ)ーを補(おぎな)っています。	ちんげんさい 青梗菜(せいけいさい)は、中(ちゆう)華(わ)料(りょう)理(り)の材(ざい)料(りょう)として日(に)本(ほん)に輸(ゆ)入(にゅう)され(さ)れた野(や)菜(さい)の中(なか)で、最(も)も国(こく)内(ない)に広(ひろ)ま(ま)った野(や)菜(さい)だと言(い)わ(わ)れていま(いま)す。
9日 ごはん とりにくの にんにくしょうゆやき やさいのにびたし はなふのすましじる	10日 ガパオライス (めだまやきふうオムレツ) ちゅうかスープ	11日  建国記念の日	12日 こめこパン ホキフライ コーンソテー ミネストローネ	13日 ごはん ハートがたハンバーグ やさいのカレーソテー じゃがいものみそしる ガトーショコラ
とりにく 鶏肉(けいにく)のにんにくしょうゆ焼(や)きは、にんにくの香(か)りが食(た)欲(よく)をそそります。しっか(し)り食(た)べて、強(つよ)い体(からだ)を作(つく)りま(ま)しょう。	にほん 日本(にほん)の食(しょく)生(せい)活(かつ)に欠(か)かせない豆(まめ)ですが、近(きん)年(ねん)、そ(そ)の摂(せつ)取(と)量(りやう)は減(へ)つていま(いま)す。給(きゅう)食(じき)のガ(ガ)パ(パ)オ(オ)ラ(ライ)ス(ス)に、県(けん)産(さん)大(だい)豆(ず)を入(い)れていま(いま)す。	ことし 今年(ことし)の冬(とう)季(き)オリ(オリ)ン(ン)ピ(ピ)ック(ック)は、イ(イ)タ(タ)リ(リ)ア(ア)で(で)の開(かい)催(さい)で(で)す。イ(イ)タ(タ)リ(リ)ア(ア)料(りょう)理(り)のミ(ミ)ネ(ネ)ス(ス)ト(ト)ロ(ロ)ー(ー)ネ(ネ)を食(た)べて、応(おう)援(えん)しま(ま)しょう!	ことし 今年(ことし)の冬(とう)季(き)オリ(オリ)ン(ン)ピ(ピ)ック(ック)は、イ(イ)タ(タ)リ(リ)ア(ア)で(で)の開(かい)催(さい)で(で)す。イ(イ)タ(タ)リ(リ)ア(ア)料(りょう)理(り)のミ(ミ)ネ(ネ)ス(ス)ト(ト)ロ(ロ)ー(ー)ネ(ネ)を食(た)べて、応(おう)援(えん)しま(ま)しょう!	がつ 2月(がつ)14日(にじゅうよっぴ)はバ(バ)レ(レ)ン(ン)タ(タ)イン(イン)デー(デー)で(で)す。日(に)本(ほん)では大(だい)切(せつ)な人(ひと)にチ(チ)ョ(ョ)コ(コ)レ(レ)ー(ー)を贈(おくる)りますが、海(かい)外(がい)では花(はな)やカ(カ)ー(ー)ド(ド)を贈(おくる)るの(のだ)さう(そう)で(で)す。
16日 ごはん やきシュウマイ ホイコーロー とうふのスープ	17日 ごはん のりのつくだに さけのしおやき きんぴらごぼう はくさいのみそしる	18日 ビーフハヤシライス キャベツのソテー	19日 こめこパン チョコクリーム タンメン じゃがいもの ピリからみそいため	20日 ごはん ヤンニョムチキン もやしのしおいため ちゅうかコーンスープ
あま 甘(あま)みのある甜(てん)麵(めん)醬(じやう)を使(つか)ったホ(ホ)イ(イ)コ(コ)ー(ー)ロ(ロ)ー(ー)回(わい)鍋(か)肉(にく)は、ご(ご)は(は)ん(ん)に(に)よ(よ)く合(あ)う味(あじ)付(け)な(な)ので、野(や)菜(さい)料(りょう)理(り)の中(なか)でも人(にん)気(き)が(が)あ(あ)り(り)ま(ま)す。野(や)菜(さい)を食(た)べて、風(か)ぜ(ぜ)予(よ)防(ぼう)を(を)しま(ま)しょう。	つくだに 佃煮(てんじ)は、江(え)戸(と)時(じ)代(だい)の佃(てん)島(しま)(現(げん)在(ざい)の東(とう)京(きやう)都(と)中(ちゆう)央(やう)区(く))の特(とく)産(さん)品(ひん)だ(だ)とい(い)わ(わ)れ(れ)て(て)いま(いま)す。余(あま)った魚(い)な(な)ど(ど)を醬(じやう)油(ゆ)で(で)煮(に)て、長(なが)く保(ほ)存(ぞん)で(で)き(き)る(る)よ(よ)う(う)に工(く)夫(ふう)され(さ)れた料(りょう)理(り)で(で)す。	きゅうしやく 給(きゅう)食(じき)のハ(ハ)ヤ(ヤ)シ(シ)ラ(ライ)ス(ス)は、い(い)つ(つ)も(も)豚(と)肉(にく)で(で)作(つく)り(り)ま(ま)す。「ハ(ハ)ヤ(ヤ)シ(シ)ラ(ライ)ス(ス)は牛(ぎゅう)肉(にく)で(で)し(し)ょ(ょ)!」とい(い)う(う)声(こゑ)が(が)あ(あ)り(り)、秋(あき)田(た)県(けん)産(さん)の牛(ぎゅう)肉(にく)で(で)作(つく)っ(つ)て(て)み(み)る(る)こ(こ)と(と)に(に)ま(ま)し(し)た(た)。	にほん 日本(にほん)では、「タ(タ)ン(ン)メ(メ)ン(ン)」とい(い)え(え)ば野(や)菜(さい)た(た)っ(つ)ぷ(ぷ)り(り)の塩(しお)ラ(ラ)ー(ー)メ(メ)ン(ン)をイ(イ)メ(メ)ー(ー)ジ(ジ)し(し)ま(ま)す(す)が、中(ちゆう)国(こく)で(で)は、「湯(たん)麵(めん)」はス(ス)ー(ー)プ(プ)に入(はい)っため(めん)り(り)ょう(りょう)り(り) あ(あ)ら(ら)わ(わ)麵(めん)料(りょう)理(り)を(を)表(あらわ)す(す)の(のだ)さう(そう)で(で)す。	かんこくりやうり ヤンニョムチキンは、韓(かん)国(こく)料(りょう)理(り)のひ(ひ)と(と)つ(つ)で(で)す。甘(あま)辛(から)い味(あじ)付(け)が、日(に)本(ほん)でも人(にん)気(き)で(で)す。給(きゅう)食(じき)で(で)も人(にん)気(き)のメ(メ)ニ(ニ)ュー(ュー)で(で)す。味(あじ)わ(わ)っ(つ)て(て)食(た)べ(べ)ま(ま)しょう。
ぎゅうにゅう 牛(ぎゅう)乳(にゅう)は毎(まい)日(にち)つ(つ)き(き)ま(ま)す。 ぶつし 物(ぶつ)資(し)の都(と)合(ごう)に(に)よ(よ)り、献(けん)立(た)が変(へん)更(こう)に(に)な(な)る(る)場(ば)あ(あ)り(り)ま(ま)す。	24日 ナン キーマカレー やさいスープ いちごゼリー きょう 今(けふ)日(にち)は北(きた)部(ぶ)セ(セ)ン(ン)ター(ター)で(で)ご(ご)は(は)ん(ん)を(を)炊(た)か(か)ない(ない)日(ひ)な(な)ので、リ(リ)ク(ク)エ(エ)ス(ス)が(が)あ(あ)った(た)ナ(ナ)ン(ン)に(に)ま(ま)し(し)た(た)。楽(たの)し(し)ん(ん)で(で)食(た)べ(べ)て(て)く(く)だ(だ)さ(さ)い(い)。	25日 ごはん さばのみそに きりぼしだいこんのいために ごまみそしる さかなりょうり 魚(さかな)料(りょう)理(り)の中(なか)でも、さ(さ)ば(ば)の(の)み(み)そ(そ)煮(に)は人(にん)気(き)が(が)あ(あ)り(り)ま(ま)す。今(けふ)日(にち)は、定(てい)番(ばん)の和(わ)食(じき)献(けん)立(た)に(に)ま(ま)し(し)た(た)。よ(よ)く(く)か(か)ん(ん)で(で)食(た)べ(べ)ま(ま)しょう。	26日 きなこあげパン ブロッコリーの ツナマヨソテー ABC スープ きょう 今(けふ)日(にち)は人(にん)気(き)のき(き)な(な)こ(こ)揚(あ)げ(げ)パ(パ)ン(ン)で(で)す。口(くち)の周(まわ)り(り)や服(ふく)が(が)汚(よ)れ(れ)や(や)す(す)い(い)ので、口(くち)を(を)大(おほ)き(き)く(く)開(あ)け(け)て(て)、注(ちゅう)意(い)し(し)て(て)食(た)べ(べ)ま(ま)しょう。	27日 スタミナどん わかめスープ セレクトクレープ (みかん・ブルーベリー) きゅうしよくいんかい 給(きゅう)食(じき)委(い)員(いん)会(かい)のアン(アン)ケ(ケ)ー(ー)ト(ト)を(を)受(う)け(け)て(て)、セ(セ)レ(レ)ク(ク)ト(ト)デ(デ)ザ(ザ)ー(ー)ト(ト)第(だい)二(に)弾(だん)で(で)す。今(けふ)日(にち)は、米(こめ)粉(こな)と豆(とう)乳(にゅう)を(を)使(つか)った(た)ク(ク)レ(レ)ー(ー)プ(プ)を(を)選(えら)ん(ん)で(で)ま(ま)ら(ら)い(い)ま(ま)した(た)。

1年の幸福を願う「節分」の行事

立春の前日(りっしゅんぜんじつ)にあたる節分(せつぶん)には、豆(まめ)まきをしたり、玄(げん)関(かん)に(に)終(ひらぎ)の枝(えだ)にイワシ(いわし)の頭(あたま)を刺(さ)した物(もの)(ヤイカガシ・ヒイラギイワシ)を飾(かざ)ったりする風(ふう)習(じゅう)が(が)あ(あ)り(り)ま(ま)す。病(びやう)気(き)や災(さい)難(なん)を起(おこ)す「鬼(おに) (邪(じゃ)気(き))」を(を)追(お)い(い)払(はら)い、1年(いちねん)の無(む)事(じ)や幸(こう)福(ふく)を(を)願(ねが)います。

節分(せつぶん)の風(ふう)習(じゅう)には地(ち)域(いき)に(に)よ(よ)る差(さ)が(が)あ(あ)り、今(いま)では全(ぜん)国(こく)的(てき)に食(た)べ(べ)ら(ら)れて(て)い(い)る(る)恵(え)方(ほう)巻(ま)き(き)も、元(げん)々(ざん)は江(え)戸(と)時(じ)代(だい)の大阪(おおさか)の商(しょう)人(にん)の風(ふう)習(じゅう)だ(だ)つ(つ)た(た)とい(い)わ(わ)れ(れ)て(て)いま(いま)す。豆(まめ)まきに使(つか)う豆(まめ)も、元(げん)々(ざん)は邪(じゃ)気(き)を払(はら)う力(ちから)を(を)も(も)つ(つ)と(と)さ(さ)れ(れ)て(て)い(い)た(た)大(だい)豆(ず)で(で)し(し)た(た)が、落(ら)花(か)生(せい)を(を)ま(ま)く地(ち)域(いき)も(も)あ(あ)り(り)ま(ま)す。

みなさんも、ぜ(ぜ)ひ節分(せつぶん)を(を)楽(たの)し(し)ん(ん)で(で)み(み)て(て)い(い)か(か)が(が)で(で)し(し)ょう(しょう)か?

2月3日 節分



えほうま 恵(え)方(ほう)巻(ま)き
その年(とし)の年(とし)神(かみ)様(さま)が(が)い(い)る(る)と(と)さ(さ)れ(れ)る(る)方(ほう)角(かく)「恵(え)方(ほう)」を(を)向(む)い(い)て(て)食(た)べ(べ)ま(ま)す。

ことし 今年(ことし)の恵(え)方(ほう)は南(なん)南(なん)東(とう)

節分にまつわる食べ物



ふくまめ 福(ふく)豆(まめ)
よくかんで食(た)べ(べ)よう!

だいず 大豆(だいず)を(を)炒(いた)った物(もの)で、豆(まめ)ま(ま)き(き)に(に)使(つか)い(い)ま(ま)す。「自(じ)分(ぶん)の年(ねん)齢(れい)の数(かず)」ま(ま)た(た)は「年(ねん)齢(れい)の数(かず)+1個(こ)」を(を)食(た)べ(べ)て、1年(いちねん)の幸(こう)福(ふく)を(を)願(ねが)い(い)ま(ま)す。