

# 給食便り

## 2月



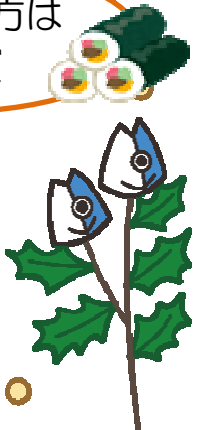
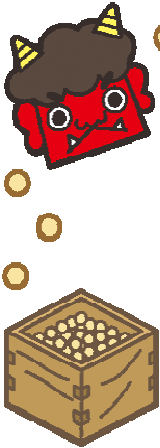
『食堂は教育の場』  
 ～ 弘学館の給食は、好き嫌いなくすべてを楽しく食べる  
 子どもを育てることを主眼としています。～

2019年2月 弘学館 給食室

今年の恵方は  
**東北東**

### ☆2月3日は節分です☆

節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日の事でしたが、今では立春の前日の事だけを行うようになりました。節分にいり豆を年の数や年にひと粒足した数を食べると1年を元気に過ごすことができると言われています。豆まきやヒイラギの枝に焼いたイワシの頭を刺した「やいかがし」には、鬼（病気や災い）を追い払うという言い伝えがあります。



## 《変身上手な大豆》

節分に食べる大豆は、「畑の肉」と言われる程、たんぱく質が多く含まれ、様々な加工によって、いろいろな食品に変化します。  
 昔から私たちの食生活に欠かせない大豆製品を調べてみましょう。

