



給食だより

市のHPでも
読めます！



令和6年度 2月号
那須烏山市学校給食センター
TEL: 88-2135
FAX: 88-0168

立春を迎えると暦の上では春になりますが、1年で一番寒さの厳しい時期でもあります。この時期に流行しやすいのがウイルスなどによる感染症で、予防には外出時や食事の手洗い・うがい効果的です。よく体を動かし、十分な睡眠をとり、栄養バランスのとれた食事を朝昼夕の3食食べて体の抵抗力も高めましょう。

★行事食、郷土料理を知ろう★



せつぶん
節分



福は内、
鬼は外!



節分は、季節の分かれ目を意味しており、立春・立夏・立秋・立冬の前日にそれぞれありますが、冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大きなおまじないの位置づけで、昔から特に大切にされてきました。ちなみに、2025年は立春が2月3日となっているため、節分は2月2日になります。1年の厄払いとして、ご家庭でも豆まきをしてみるのも、良いかもしれませんね。



はつまつ
初午



初午とは2月になって最初の「午の日」のことです。この日には、日本各地の稲荷神社でお祭りが行われます。神社で祀っている稲荷神は、農業や商業の神様なので、一年の五穀豊穡や、商売繁盛、家内安全をお願いします。また、稲荷神社では神様の使いとして「きつね」が祀られており、狐の好物がお揚げだと考えられていたことから、初午の日にはお稲荷を食べる風習があります。栃木県では初午に「しもつかれ」を食べますが、稲荷神社へのお供え物として作られたという説もあるそうです。

とちぎけん きょうどりょうり 栃木県の郷土料理 ~しもつかれ~

材料は鮭・にんじん・だいこん・油あげ・大豆・酒粕です。

「しもつかれ」は、『もったいない』と思って残しておいた年始用の新巻鮭の頭と、冬期の食材として保存されていた節分の大豆や、にんじん、だいこんを鬼おろししておろして煮る料理です。

最近では、作る家庭も以前より少なくなっているためか、給食で初めて食べる子どもたちも多いようです。

食べられない献立なので、苦手な子どもも多いようですが、給食では一口でも食べてもらえるように酒粕を少なめにし、さけも頭ではなく骨や皮をとりのおろし身を使うなど、工夫をしています。

今回は更に、『しもつかれ』として和風カレーにアレンジしてみました。

