

# 越前町学校給食カレンダー

## 節分献立・ジュナナ献立



【2月の給食目標】 協力して時間内に配膳しましょう

# 2月2日

<p><b>【献立名】</b>          手巻き寿司(すし飯・のり)          牛乳          かみなり汁          (ウインナー・ツナそぼろ)          (サラダ・たくあん)          節分豆</p>	<p><b>【献立について】</b>          明日2月3日は、節分です。節分といえば豆まきですね。昔から大豆には、霊力があると信じられていました。そのため、病気などの見えないものを鬼という形にして豆をまき、邪気をはらって福を呼び込んだそうです。今日は節分豆があります。よくかんで食べましょう。          また、かみなり汁は豆腐を油で炒めて作ります。炒めている時の音がるでかみなりが、バリバリと鳴っているような音なのでかみなり汁と呼ばれています。</p>

**【使用地場産物】**

米	うすあげ	とうふ	ほうれんそう	ねぎ	かぶ
---	------	-----	--------	----	----

**【クイズ】**  
 今日は「節分」についてのクイズです。  
 節分の豆まきには大豆が使われることが多いですが、どんな大豆を使うことが大切でしょう？

- ① 前の年にとれた大豆を使う
- ② 仏壇に飾った大豆を使う
- ③ 煎った大豆を使う

**【解説】**  
 豆まきに使用されるのは、一般的に煎り大豆です。煎った豆を使うのは、「万一生豆を使って、拾い忘れたものから芽が出る、良くないことがある」と言われているからです。また、最近、衛生的で拾いやすいことなどから、殻付きの落花生をまく地域、家庭も増えているようです。

**【こたえ】 ③**

## ☆作ってみましょう☆

### かみなり汁

**<材料(約5人分)>**

うすあげ	30g (短冊)	木綿豆腐	120g
大根	120g (短冊)	ごま油	適量
にんじん	30g (細い短冊)		
ごぼう	60g (さがぎ)	だし汁	1000ml
しめじ	60g (小房に)	みそ	55g
小松菜	60g (3cm程度)		
糸こんにゃく	60g (3cm程度)		

**<作り方>**

- ① 豆腐は布巾などで水気を切る。
- ② 材料を切る。
- ③ 鍋に炒め油を熱し、豆腐をつぶしながら入れ、炒める。
- ④ にんじん・ごぼう・こんにゃくを加え、炒め合わせる。
- ⑤ 大根とだし汁を入れて煮る。
- ⑥ うすあげ・しめじ・小松菜を順に加えながら、煮ていく。
- ⑦ みそで味付けをし、味を調えれば完成。

※ 豆腐を油で炒めた時の音が、まるでかみなりがバリバリと鳴っているような音なので、かみなり汁と呼ばれているそうです。

※分量は正味重量です。また、作りやすい分量に改良してある場合があります。