

がつ みっか
2月3日は



せつぶん まめ

きゅうしょく



節分豆まめ給食



がつ みっか せつぶん むかし ひと びょうき わる おに かんが
2月3日は節分です。昔の人は、病気や悪いできごとを鬼のせいだと考

ていました。季節の分かれ目に豆をまいたり、いわしの頭をひいらぎにさし

て飾ったりして、鬼を追い出す行事が各地で伝わっています。

きょう きゅうしょく かながわけん つく いざらいだいず つく
今日の給食は、神奈川県でとれた 津久井在来大豆 で作られた

『福豆』や節分にちなんだいわし料理を取り入れました。

つく いざらいだいず しじょう でまわ だいず
津久井在来大豆は市場にはほとんど出回らないため、まぼろしの大

といわれています。かながわブランドにも選ばれている甘みがあっておいし

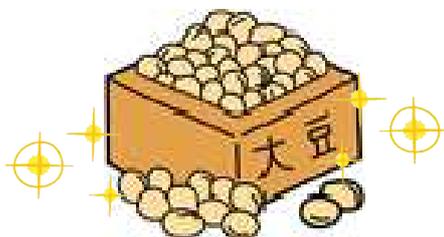
い大豆です。

だいず はたけ にく しつ ししつ おお ふく しゅしょく
大豆には「畑の肉」といわれるほどたんぱく質や脂質が多く含まれ、主食

こめ しょうか ひつよう びたみん ほうふ だいず かこうひん
の米を消化するときに必要なビタミンB1も豊富です。また、大豆の加工品は

とうふ にほん しょくたく か まめ まめせいひん ひび
豆腐、しょうゆ、みそなど、日本の食卓には欠かせません。豆や豆製品を日々

しょくせいかつ せつきよくてき
の食生活に積極的にとりいれましょう。



サガピー
相模原市
食育推進
マスコットキャラクター