



給食だより



今年の節分は2月2日です。
 (ほのぼの保育園の節分は3日です！)
 節分は「季節の節目」とされていて、この日を境に春に向かっていくと言われています。
 あたたかな春が待ち遠しいですね🌸



恵方巻について

節分といえば豆まきや恵方巻が思い浮かびますね。
 みなさんのお家では節分に”恵方巻”は食べますか？
 節分にその年の良い方角とされる恵方を向いて食べるとよいと言われ、今年の恵方は「南南東」です。
 恵方巻の具には七福神に由来して、7種類の具材を巻くことで福を巻き込むという意味があります。
 豆まきと恵方巻で福を呼び込んで、2月も元気に過ごしましょう。



《2/19 (金) 食育の日》 魚のたれカツ

【材料 (4人分)】

魚・・・4切れ
 (ブリや鮭、カレイなど)
 塩・・・少々
 小麦粉or米粉・・・大さじ3
 水・・・50cc
 パン粉・・・適量
 揚げ油・・・適量

【作り方】

- ①魚の切り身は塩で下味をつける。
- ②小麦粉(米粉)・水を混ぜてバター粉を作る。
- ③①を②にくぐらせ、全体にパン粉(米粉パン粉)をまぶす。
- ④170度の揚げ油で揚げる。
- ⑤揚げあがったら、砂糖・しょうゆ・みりん・水を、ひと煮たちさせて作ったたれにくぐらせる。

たれ
 砂糖・・・大さじ1
 しょうゆ・・・小さじ3
 みりん・・・大さじ1/2
 水・・・適量



ノロウイルスに要注意！

ノロウイルスが流行する季節になりました。
 保育園では常に細心の注意を払って調理をしています。ご家庭でも食中毒の予防に努めていただくと幸いです。

【予防3か条】

1. 二枚貝(カキやアサリ、シジミなど)の生食を避ける。
2. 食品を加熱する場合は、中心までよく火を通す。
3. 食事前、調理前、トイレ後は石けんで十分に手を洗う。

