



あした、がつみっか、せつぶん、むかし、ふゆ、はる、か  
 明日、2月3日は節分です。昔は、冬から春へ変  
 わる、りっしゅん、あたし、ねん、はじ、かんが  
 わる立春を新しい1年の始まりと考え、お  
 しょうがつ、たいせつ、ぜんじつ  
 正月のように大切にしていました。その前日とな  
 る、せつぶん、おおみそか、い、ち、ねん、ふじ  
 節分は大晦日のような位置づけで、1年の無事  
 や幸福を祈る行事や行事食が伝わっています。

だいず、まめ、おに、お、はら、ねんれい、かす、まめ  
 ・大豆：豆をまいて鬼を追い払い、年齢の数だけ豆  
 を食べて1年の幸福を願う。

い、わし、おに、お、はら、きゅうしょく  
 ・いわし：においで鬼を追い払う。(給食はあじ)

せつぶん、あ、ていきょう、よてい  
 ※節分に合わせていわしを提供する予定でした  
 が、のうひん、かんけい、へんこう  
 が、納品の関係であじに変更になりました。

りょうり、うし、りょうり、からだ、なか、おも  
 料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主  
 にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

きんにく、ほね  
 筋肉や骨をつくるもとになる…○

からだ、ちょうし、ととの  
 体の調子を整える…＊



みかんとゆずのゼリー＊○★ ぎゅうにゅう 牛乳○

ほね、ちゅうい  
 骨に注意！

あじのかば焼き○★＊

い、だいず、ま  
 煎り大豆の混ぜごはん

ぐ 眞だくさん

★○＊

みそ汁★＊○