



2月3日(月) ごはん、牛乳、いわしのごまみそに、ふくまめ、うらがみそぼろ、いもがら入りみそ汁

節分は2月3日になることが多いですが、日付が決まっているわけではなく、年によって日付が変わります。今年は2月2日でした。さて、節分とは、「季節の変わり目」のことで、日本では、この時期に多い病気や災いを「鬼」に見立てて追い払い、「1年間を健康無事に過ごせますように」と願う日になっています。鬼を追い払うために、伝統的に「豆まき」をしたり、「ひいらぎいわし」を飾ることから、今日の献立に「ふくまめ」と「いわしのごまみそに」をつけました。鬼を追い払い、1年間を健康に過ごしましょう。