



2月 給食だよ

さいたま市立つばさ小学校
令和7年度2月号



2月は、暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続きます。
寒さに負けず、元気に過ごすことができるように、無病息災の願いをこめて豆まきで災いを追いはらいましょう。

大豆博士になろう! O×クイズ

- Q1** 節分でまく豆は、必ず大豆でなければいけない。
- Q2** 大豆はグリーンピースを乾かしたものである。
- Q3** 大豆には、肉やたまごと同じく、たんぱく質が多くふくまれている。
- Q4** 日本で食べられている大豆は、ほとんど日本で作られている。
- Q5** 大豆と小麦、塩、麴から、しょうゆが作られる。
- Q6** 大豆をいって、粉にすると片栗粉になる。
- Q7** 豆腐を凍らせて作る食べものがある。

せつぶん 節分 3択クイズ

レベル★=かんたん
レベル★★=ちよっとむずかしい
レベル★★★=とつてもむずかしい

レベル★★★

Q1 「節分」とは、どんな日のことをいいますか?

① 鬼がたたく日 ② 豆が収穫できる日
③ 季節が変わる日

レベル★

Q2 鬼を追いはらうために使う大豆を、若いうちに収穫したものはどれでしょう?

① いんげん
② 枝豆
③ 落花生

レベル★

Q3 栄養たっぷりの大豆はいろいろな食品に加工されますが、次のうち大豆が入っていないものはどれでしょう?

① しょうゆ
② はんぺん
③ とうふ

レベル★★★

Q4 臭いで鬼を追いはらうために、ある魚の頭を飾りに使いますが、その魚はどれでしょう?

① タイ
② イワシ
③ サンマ

レベル★★

Q5 節分に食べる「恵方巻き」の「恵方」とは、どういう意味でしょう?

① 縁起の良い方向 ② 天気の良い方向 ③ 鬼が来る方向

はしの持ち方

① 1本のはしを、親指・人差し指・中指の3本の指で、えんぴつと同じように持つ。

② 「1」の字を書くように、たてに動かして、上のはしの動きを練習する。

③ もう1本のはしを、親指の付け根から、中指と薬指の間に通す。

④ 上のはしだけを動かすようにし、はし先を閉じたり開いたりする。

★正しく持てたら、豆をつまんで、お皿からお皿へ移してみよう。

上のはしを動かして、はし先で食べ物をさめます。
下のはしは動かしません。

ぶんかん ちんこうつ
1分間に何個移せるかな?

御家庭で、練習をしてみよう。



節分3択クイズこたえ

こたえ Q1=③(「立春」の前日のことで、季節の変わり目となる) Q2=② Q3=②(はんぺんの原料は魚のすり身)
Q4=②(ヒイラギの葉に焼いたイワシの頭を刺した「ひいらぎいわし」を飾る)
Q5=①(その年の神様のいる方角のことで、毎年変わる)

大豆〇×クイズ

こたえ

Q1=×(落花生をまく地域もある。)

Q2=×(大豆は枝豆が熟して乾燥したもの。)

Q3=○(大豆は「畑の肉」といわれるほど、たんぱく質が多い。)

Q4=×(大豆の自給率はわずか7%※ほどで、ほとんどが海外から輸入されている。)

Q5=○(ほかに、大豆を使った調味料には「みそ」がある。)
※令和3年度現在

Q6=×(片栗粉はじゃがいものでんぷんからできる。「きな粉」が正解。)

Q7=○(豆腐を凍らせてから乾燥させた、「凍り豆腐」「高野豆腐」「凍み豆腐」がある。)

