☆ながようくらぶ　2がつのこんだて☆

＊アレルギーには対応していません＊

１にち（ついたち）もくようび	２にち（ふつか）きんようび	５にち（いつか）げつようび
あおなふりかけごはん ちきんろーるふらい とうふのふわふわよせ ちゅうかにくだんご ほうれんそうのおかかあえ りんごかん	わかめごはん　おにかまぼこ さわらのてりやき はながたとうふ たけのこしゅうまい こんぶまめ おうとうかん	ごまふりかけごはん みーところっけ とうふはんばーぐ ぷれーんおむれつ いんげんのおひたし ぱいんかん
６にち（むいか）かようび	１６にち　きんようび	21にち　すいようび
おかかふりかけごはん とりのみそやき いかといろどりやさいかつ さいころあつあげに ちんげんさいのごまあえ おうとうかん	しゃけごはん かいせんあげぎょうざ つくねぐし あおのりぽてと ちんげんさいのなむる はちみつれもんぜりー	ごぼうわかめごはん やさいころっけ とまとそーすはんばーぐ ほしがたしんじょ ちんげんさいのおかかあえ ぱいんかん
29にち　もくようび		
しろごはん にくじゃが まよこーんさつま きゃべつぼーる みかんかん		

2月3日は節分です

2月3日は「節分」です。節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。節分にいり豆 を年の数や年にひとつ足した数を食べると1年を元気に過ごすことができるといわ れています。豆まきや、柊の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいがしら」には、 鬼(病気や災い)を追い払うという意味があります。