

# 2月 節分

実施日：2月3日（木）

担当園：はなさき保育園 石神井台



## こだわりポイント

今回は「節分」ということで、鬼をテーマにしたメニューを考案しました。昼食はドライカレーを鬼の髪の毛として盛り付けをし、鬼の顔をイメージして作りしました。鬼は怖い顔をしているので、子どもたちが怖がらないよう優しい顔なるように飾りつけするように心がけました。

おやつは鬼のパンツ（トラ柄）をイメージしたケーキを考案しました。子どもたちが良く知っている鬼のパンツの歌を頭に浮かべながら食べてくれるといいなと思いました。

## 子ども達の食べた様子

前日から節分を楽しみにしていたようで、「カレーの鬼、退治できた？」と聞くと「ぜんぶたべたよ！」と教えてくれる子がたくさんいました。鬼のカレー効果で普段苦手な野菜も良く食べていました。おやつは大粒のいちごに大喜びで、完食続出でした。

## ○昼食○

主食 『おにのドライカレーライス』  
副菜 『ブロッコリーのトマトのサラダ』  
汁 『キャベツとベーコンスープ』

## ○おやつ○

『マールケーキ』  
『いちご』

🌸 作り方（乳児4名分） 🌸 ※大人1人前は、乳児の1.5～2倍の量です。

## おにのドライカレーライス

米	1合	*調味料*	
鶏ひき肉	60g	ホールトマト缶	30g
豚ひき肉	60g	トマトピューレ	6g
生姜	少々	カレー粉	少々
にんにく	少々	ウスターソース	
玉ねぎ	1/2個		小さじ1/2
人参	1/3本	中濃ソース	小さじ1/2
ピーマン	1/2個	塩	少々
大豆水煮	30g	《飾り》	
油	小さじ1強	刻みのり（おにの眉毛）	
		グリーンピース（おにの目）	
		ケチャップ（おにの口）	

- ① 米は通常炊飯する。
- ② 生姜・にんにく・玉ねぎ・人参・ピーマン・大豆水煮はみじん切りにする。
- ③ 鍋に油を熱し、生姜・にんにくを入れ、香りがしてきたらひき肉を入れ炒める。肉の色が変わったら、みじん切りにした野菜を加え炒める。
- ④ 調味料を加え煮込む。
- ⑤ 皿に炊けたご飯をおにの顔を作るように、丸くのせる。④をおにの髪の毛になるようにご飯の上部にのせる。最後に、刻みのりで眉毛、グリーンピースで目、ケチャップで口を描く。

## マールケーキ / いちご

かぼちゃ	1/4個	いちご	8粒
バター	15g		
砂糖	15g		
小麦	60g		
ベーキングパウダー			
	2g		
牛乳	20g		
ピュアココア	1g		



- ① かぼちゃは適当な大きさに切り、蒸かして柔らかくし、熱いうちに潰しなめらかにする。
- ② ボウルに溶かしたバター、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳をよく混ぜ合わせる。
- ③ ②の生地を3：2程度に分け、①のかぼちゃを加えた生地とココアを加えた生地を作る。
- ④ ③の2つの生地を合わせ、混ぜすぎないように軽く数回混ぜ、マール状にする。
- ⑤ 型やバットに流し、180℃のオーブンで10～15分程焼く。
- ⑥ いちごはよく洗い、ヘタを取る。

## キャベツとベーコンのスープ

キャベツ	1/8個
ベーコン	1枚
出し汁	350ml
醤油	小さじ1
塩	少々

- ① キャベツ・ベーコンは食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に出し汁、①を入れ火にかける。
- ③ 醤油、塩で味付けする。

鬼は外、福は内

## ブロッコリーとトマトのサラダ

ブロッコリー	1/2個
トマト	1個
もやし	1/4パック
*調味料*	
砂糖	小さじ1
醤油	小さじ1
酢	小さじ1
油	小さじ1

- ① ブロッコリー・もやしは食べやすい大きさに切り、茹でて冷まし、水気をよく切る。トマトは湯むきし、種を取り食べやすい大きさに切る。
- ② 調味料を全て合わせ、煮立たせ冷まし、①の野菜と和える。

