

給食だより



令和5年1月発行
おとぎ保育園
栄養士 由井

あけましておめでとうございます

昨年は大変お世話になりました。

本年も子ども達が喜び、安心安全な給食を作っていきますのでご理解ご協力をお願いいたします。

手洗いやうがいをきちんとし、しっかりとご飯を食べて丈夫な体を作っていきましょう。

新しい一年がお子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。

今年もよろしくおねがいします



1月の行事と、行事食

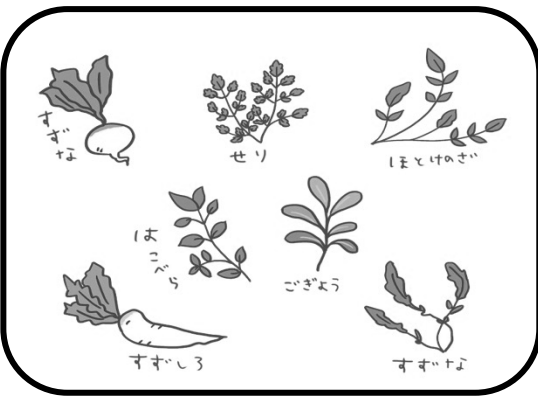


1月は、新年の健康を願って様々な行事が行われます。行事食が一番身近に感じられる月とも言えます。

- おせち料理…正月を迎えるための華やかな料理。それぞれ具材に願いが込められています。
- 雑煮…餅に具をあしらった正月のお祝いの汁物。地域によって様々な雑煮があります。
- 七草粥…「春の七草」が入ったおかゆ。胃を休め、1年間の健康を祈ります。
- 鏡開き…正月の餅を下げ、お汁粉や雑煮にして食べます。保育園では、「おしるこ」として提供します。
- 小正月…新年の豊作を願う行事や、どんど焼きが行われ、小豆粥がよく食べられます。



★1月7日は七草の日です。



1月7日の朝に、七種の野菜や野草を入れたお粥を食べます。これを「七草粥」と言い、昔から、この日にお粥を食べると一年を健康に過ごせると言われてきました。

○おせち料理



色とりどりのおせち料理は、見ているだけで気持ちが華やぎます。見た目の美しさだけでなくそれぞれの食材が持つ意味があります。ここではその中の一例を紹介します。意味を知ること、子供たちがよりおせち料理を身近に感じることと思います。今年1年の幸せを願って、ご家族と一緒に美味しく味わえるといいですね。



・海老は茹でるとお年寄りのように腰が曲がることから、長寿でいられるようにという願いが込められている。



・黒豆は邪気払いの意味と、黒く日焼けするほどマメに、勤勉に働けるようにとの願いが込められている。



・昆布は「こぶ」は「よろこぶ」に通ずるとして、縁起が良いとされた。



・伊達巻きは形が巻物に似ているため、知識が増えるようにとの願いが込められている。

1月の献立

行事食として、6日の午後おやつに七草粥が出ます。

10日はお餅つきの際のお餅を午後おやつ「おしるこ」として提供いたします。あかずきん、シンデレラは白玉のおしるこです。

上記の献立は変更になる場合がございます。ご了承下さい。

