



# 給食だより



令和8年 1月1日発行  
おとぎ保育園  
栄養士 由井

新年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。本年も子どもたちが給食を楽しめるように心を込めて作りたいと考えています。寒い日が続く中、行事食を取り入れながら、しっかりとご飯を食べて丈夫な体を作り、子どもたちの体調に配慮しながら過ごしたいと思います。



## 1月の給食

●1月13日(金)はももたろうぐみ給食試食会があります。

1家庭1食、子どもと同じ量を提供します。

終了後にアンケートがございます。

ご協力いただけますと幸いです。今後の改善の参考にさせていただけます。

●1月14日(火)はピノキオ組の食育があります。

午後おやつのおにぎりを握って食べる予定です。

この取り組みが子どもたちにとって、食に興味をもつきっかけになればいいなと思います。

## 春の七草



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されてきました。



## おせち料理

### 具材に込められた意味

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。



かまぼこ

赤は魔除け  
白は清浄



かづのこ

子孫繁栄



伊達巻

学業成就



昆布巻

養老昆布  
(よろこぶ)



長寿

海老



なます

平安、平和



黒豆

マメに、勤勉に



栗きんとん

金運