



2021年1月

大宮まぶね保育園

06-6955-4571

携帯 080-4249-5006

あけましておめでとうございます

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たくさん年になりますよう、お祈り申し上げます。新しい年を迎え、気持ちを新たに子どもたちが元気に成長できる手助けとなる給食を提供できるよう、より一層努力致します。

今年も、ご家庭のご協力とご理解をいただきますようよろしくお願い致します。



1月7日は、七草がゆを食べます☺

せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろからなる「春の七草」は、古くより七草粥として食べる習慣があります。

新暦の1月7日は真冬ですが、旧暦では2月頃で春の芽吹きが始まろうとする季節でした。七草粥は「災いを除け、長寿富貴を得られる」という言い伝えの他にも、お正月料理で不足しがちなビタミン・ミネラルを補うとともに、疲れた胃を休めるとも言われています。古くからの風習に触れ、季節を感じられると良いですね。

保育園では、おやつに七草がゆを食べます。



おせち料理

おせちは、漢字で「御節」と書きます。

お正月は1年の中でもとても大切な「節」の日なので、お供える料理を「節供料理」「御節供料理」というようになり、それが縮まって「おせち」というようになりました。

- 田作り…かたくちいわしの子どもで、むかし、田畑の肥料に使われていたことから豊作を願う意味が込められています。
- 栗きんとん…「金団」と書き、黄金色で縁起がよく財宝に恵まれるようにという願いが込められています。
- 昆布巻き…「喜ぶ」という言葉にかけて、正月の鏡飾りにも用いられている一家発展の縁起物です。
- 黒豆…黒は邪除けの色とされています。まめに働き、健康に暮らせるようにという願いが込められています。
- 数の子…ニシンの腹の子である数の子は、卵の数が多いことから子孫繁栄を願う縁起物とされています。

〈給食のレシピ〉

☆蒸し野菜

☆材料 (1人分)

- | | | | |
|--------|-----|--------|-----|
| ・さつまいも | 30g | ★ごま | 適量 |
| ・にんじん | 10g | ★マヨネーズ | 15g |
| ・だいこん | 10g | ★めんつゆ | 5g |

☆作り方

- ①野菜を蒸す又は茹でる。
- ②★の調味料を合わせる。
- ③よく水気を切った野菜と和える。
塩で味を調える。

1月8日にはおやつで栗きんとんを食べます。