

新年、明けましておめでとうございます。まだまだ寒い季節ですが、よく食べ、よく身体を動かし、生活リズムを整えていきましょう!新しく迎えた年も、心身ともに健やかに、すくすくと成長してほしいと思っています。本年も、安全で美味しく、子ども達が笑顔になれる給食を作っていきますので、どうぞよろしくお願い致します。

1月の行事食

1月は、新年の健康や幸運を願って様々な行事が行われ、行事食がとて身近に感じられる月です。日本の伝統ある食文化を受け継いでいきたいですね

おせち料理



お正月を迎えるための華やかな料理です。それぞれに新しい年への思いが込められています。

【一の重】

田作り…豊作

黒豆…健康

数の子…子孫繁栄

昆布巻き…よろこぶ

伊達巻き…学問、文化の繁栄

きんとん…金運



【二の重】

えび…長寿

たい…めでたい

ぶり…出世



【三の重】

里芋…子孫繁栄

れんこん…先が見通せるように

くわい…芽が出る



お雑煮

もちに具をあしらったお正月の祝いの汁物です。地域や家ごとに作り方は様々で、関西では丸餅、関東や寒冷地では角餅がよく使われるそうです。給食では 1/5 の金時豆の煮物に白玉団子を入れます!



七草がゆ (1月7日)

春の七草を刻んで入れたお粥を食べ、お正月のごちそうで疲れた胃を休め、1年を健康に過ごせるように願います。給食では 1/10 に七草ご飯を提供します!



鏡開き (1月11日)

お正月のもちを下げ、お汁粉や雑煮にします。昔は鏡餅を食べ、歯の健康と長生きを祈る「歯固め」の行事もありました。



小正月 (1月15日)

その年の豊作を願う行事やお正月飾りや書初めを焼く「どんど焼き」などが行われます。小豆がゆを食べる風習もあります。



1月12日(木)誕生会に
“ミニおはぎ”を
提供します!

おもちの食べ方に注意!

おもちは日本の伝統的な食べ物ですが、のどに詰らせると危険です。小さく切る、食べる前に水分で口の中を潤わせるなどをしておいしく安全に食べましょう!

