

1月 給食だより

令和8年1月発行
インターナショナル不動前えほん保育園

新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。1月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れがちな生活リズムを少しずつ整えるためにも、体を温める食事をしっかりとって、日々を元気に過ごせるようにしていきましょう



おせち料理

お正月の定番料理といえば、おせち料理。おせちは年明け1番最初に食べる料理とされており、年神様を迎えるためのお供え物でもあります。おせち料理には様々な意味が込められています。

かまぼこ・・・紅白でめでたい彩と、日の出に

似ている形なので、新しい年の
門出にふさわしいとされています。



れんこん・・・穴から先が見えることから、将来の

見通しを明るくするという意味が
込められています。



昆布巻き・・・『よろこぶ』に通ずるとされる
縁起ものです。



えび・・・腰が曲がるまで長生きできるように
という長寿の願いがあります。



伊達巻・・・巻き物に見立てて、文化的な発展
を祈願しています。



くりきんとん・・・黄金色に輝く財宝という意味。

豊かな1年が送れるようにと
いう意味が込められています。

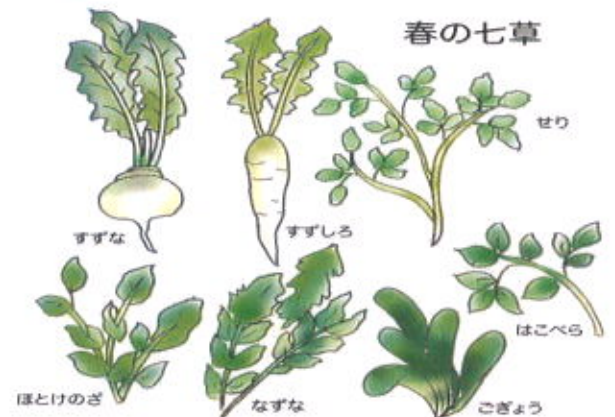


七草がゆ

春の七草をおかゆに入れて食べ、無病息災・健康長寿を
祈ります。現在ではお正月のご馳走を食べ、疲れた胃を
休めるという意味合いが大きくなりました。



春の七草



1月8日(木) お正月献立

おめでたい日に食べるイメージが強いと思うお赤飯がです。みかんの形もいつもと違う形ででてるかも？

1月14日(水) 誕生日会

今月は【ちびころおにぎり はじめてのおかいもの】です。

絵本のタイトルに入ってるように昼食はおにぎりです！！その他は何か？

1月16日(金)・30日(金) ベジおやつ

今月のベジおやつはブロッコリーとカリフラワーと使った【花野菜フリッター】です。

ブロッコリーとカリフラワーをカレー粉で味付けをして揚げます。苦手な子もカレー味なら食べれるかも！？

1月22日(木) カレーの日

今回のごはんはいつもと違ってバターで味付けをしたバターライスです。いつものカレーの日と味は違うかな？

