

1月 給食だより



青物横丁えほん保育園

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。

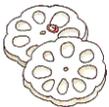
かまぼこ・・・紅白でめでたい彩と、日の出に似ている形なので、新しい年の門出にふさわしいとされています。



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。



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。



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。



昆布巻き・・・『よろこぶ』に通ずるとされる縁起ものです。



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



8日(木) お正月献立

〈お昼〉 うま馬ごはん
松風焼き
人参サラダ
野菜スープ
みかん
〈おやつ〉 いちごクリームケーキ



16・30日(金) ベジおやつ

〈おやつ〉 花野菜フリッター



29日(木) 誕生日会

〈お昼〉 おにぎり
ハンバーグ
サラダ
スープ
バナナ
〈おやつ〉 クッキー



22日(木) カレーの日

〈お昼〉 チキンカレー

