

給食だより

令和8年1月 連島こども園

明けましておめでとうございます

新年、明けましておめでとうございます。充実した冬休みを過ごされたことと思います。気持ちも新たに、安心、安全でおいしい給食を提供できるよう、よりいっそう努力してまいります。今年も、よろしくお祈りいたします。

七草がゆ

正月7日の朝に、無病を祈って7種類の野菜をかゆに入れて食べます。もともとは中国の風習で、春の七草をかゆに煮込んで神に供えるとともに家族で食べ、万病・邪気をはらうために行われた行事でした。芽ぶきのエネルギーをもらって、無病息災の願いを込めておかゆを炊きます。七草の葉菜には、ビタミンA、B、Cそしてカルシウムなどミネラルが豊富です。



七草がゆを作ってみよう!

- 【材料】
- | | |
|-----------|-------|
| 精白米 | 1合 |
| かつお節(だし用) | 適量 |
| 昆布(だし用) | 適量 |
| しらす干し | 大さじ1 |
| にんじん | 1/5本 |
| 大根 | 1/10本 |
| 七草 | 適量 |
| 塩 | 少々 |
| しょうゆ | 小さじ1 |

- 【作り方】
- ①米はといて普通に炊く。
 - ②七草の葉物は水で洗って、1cmくらいの長さ
 - ③かぶ、大根、にんじんは短冊切りにする。
 - ④②の葉物は熱湯でさっと茹でて、水にと
 - ⑤かつおと昆布のだしをとり、③の野菜とし

おせち料理

『おせち』は『御節』と書き、『御節供』の略です。本来は正月料理および五節供などに用いる料理を意味しましたが、現在ではお正月に食べる風習だけが残っています。昭和初期には昆布巻き、ごまめ、ごぼう、にんじん、蓮根、くわいなど甘辛く煮た野菜類を「おせち」、重詰めにした料理を「正月料理」といっていましたが、現在では重詰め料理のことをみな『おせち料理』といっています。園では、1月6日の給食で黒豆や、伊達巻などを提供します。

おせち料理の意味

無病息災、子孫繁栄の願いが込められています。

黒豆

まめ(健康)に暮らせるように



昆布 よろこぶ



数の子 子孫繁栄



田作り 豊年豊作祈願

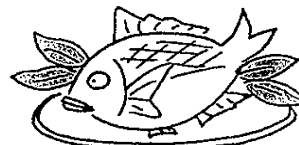
(江戸時代に高級肥料として片口いわしが使われたことから)



かちぐり 勝つ



タイ めでたい



だいだい 子孫が代々繁栄するように



錦たまご 卵の白味と黄身の二色=おめでたく豪華な錦の語呂あわせ



さといも さといもは小さいものがいっぱいあるので、子宝にめぐまれるように



紅白なます お祝いの水引をかたどったもの



紅白かまぼこ 江戸時代に祝儀用に欠かせないものになりました



栗きんとん 見た目の色合いが豪華に見える様子から



伊達巻き 華やかでしゃれた色や形から

