



給食だより



あ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。おうちでは、家族でたくさんコミュニケーションがとれたでしょうか。普段の給食を食べている様子を見に行くと、「これが美味しい!」「苦手だけど食べられたよ!」など声をかけてもらえることも増えました。本年も、子どもたちとの関わりを大切にし、食事に興味を持ってもらえるよう努力してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



鏡もちの飾りには
それぞれ意味があります

- 裏白「長寿と夫婦円満」
- コンブ「喜ぶ」
- ダイダイ「代々栄える」
- くしがき「幸運を取り込む」
- ユズリハ「家系が絶えずに続く」

おかゆを食べて体調を整えよう!
胃の調子を整えるためや厄除けの為に、
1月7日にはセリ、ナスナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの七草を入れる「七草粥」を食べます。15日の「小正月」にも、お粥をいただきます。このおかゆには、小豆を入れる地方が多く、「小豆粥」とも言われています。

作ってみよう! 栗きんとん

- <材料>
- ・さつまいも…150g
 - ・砂糖 …25g
 - ・みりん …9g
 - ・塩 …少々
 - ・栗の甘露煮…60g

- <作り方>
- ① さつまいもは厚く皮をむき、2cmの輪切りにして流水につける。
 - ② かぶる位の水を加え、柔らかく茹でて熱いうちに裏ごしする
 - ③ 鍋に、砂糖・塩・みりんを合わせて煮立て、②のいもを入れて練る
 - ④ ③を4等分して、濡れ布巾にのせ、中心に1/2にカットした栗を置き、包んで絞る。