



# たべるのだいすき



柏木保育園

給食だより  
R7・1月号



## あけましておめでとうございます

新しい年がスタートしました。お正月はゆっくり過ごせましたか。今年も、子どもたちの健やかな成長を見守り、安全でおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞ宜しくお願ひ致します。寒さが厳しく、感染症も流行りやすい時季ですが、よく食べ、よく遊び、よく寝て、元気いっぱいの毎日を過ごしましよ。う。

1年のはじまりは、おせち料理やお雑煮、七草粥などの行事食を食べる機会が多くあるので、その意味について紹介したいと思ひます！



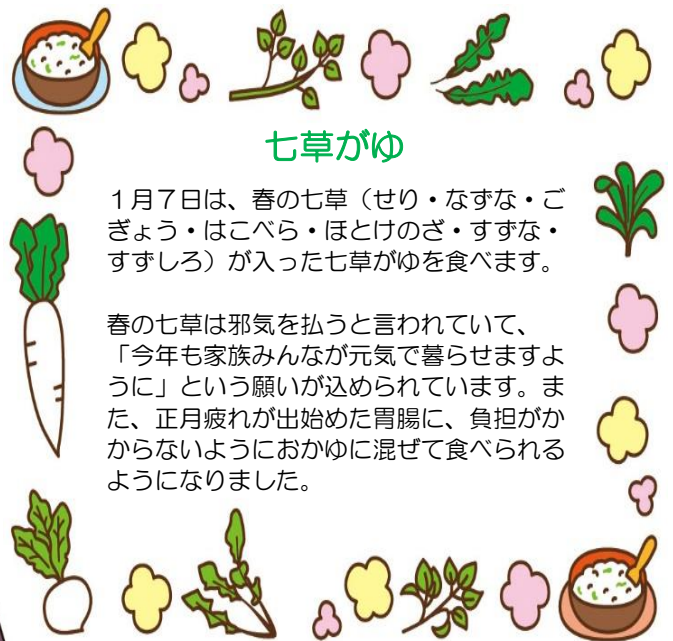
### ..... おせち料理 .....

おせち料理は、新しい年の健康や幸せを願う料理です。元々は五節句に食べる料理という意味でしたが、お正月の料理だけを「おせち料理」と呼ぶようになりました。また、おめでたいことを重ねる願ひから重箱に詰めるようになりました。

色とりどりの料理は、見た目の美しさだけでなく、それぞれの食材に意味が込められています。

- かすのこ…「子孫繁栄」      たい…「めでたい」
- こんぶ…「よろこぶ」      きんとん…「金運アップ」
- 黒まめ…「まめ(健康)に暮らせますように」
- えび…「長生きできますように」
- 紅白かまぼこ…「赤は魔除け、白は清浄」

意味を知ること、子どもたちがよりおせち料理を身近に感じることと思ひます。



### 七草がゆ

1月7日は、春の七草(せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ)が入った七草がゆを食べます。

春の七草は邪気を払うと言われていて、「今年も家族みんなが元気で暮らせますように」という願ひが込められています。また、正月疲れが出始めた胃腸に、負担がからないようにおかゆに混ぜて食べられるようになりました。

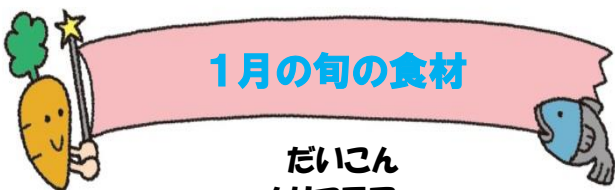
### ~新しい職員の紹介~

11月から給食室で働くことになりました、古山奈月です。大好きな子ども達の給食作りに携わることができ、大変嬉しく思ひます。子ども達の声に耳を傾け、寄り添った給食作りができるよう日々頑張ります！



先月13日、クリスマス会がありました。この日の給食は特別メニュー♪メインはれんこんチップスを角に見立てたトナカイのハンバーグ！子どもたちも喜んで食べてくれて、「おいしいー！」と最高の笑顔でプレゼントしてくれました♪

20日は、おやつに冬至かぼちゃを提供しました。いただきますの前に4・5歳児クラスで、なぜかぼちゃと小豆を食べるのかお話をしました。すると、「にがて…」と言っていた子も一口食べてみてくれたり、「あんこ一緒だとおいしい！」という声も！きちんとお話を聞いて食べてくれて、とても嬉しかったです♪



### 1月の旬の食材

- だいこん
- かいらわー
- オレンジ
- きんかん
- みかん
- きんめだい
- わかさぎ

ビタミンCが豊富な柑橘類には、免疫力をアップして風邪予防の効果もあります！

