



新年あけましておめでとうございます。本年も、子どもたちに楽しんでもらえる給食を心を込めて作りたいと思っています。寒い日が続く中、子どもたちの体調や栄養を考えて、おせち料理や七草がゆ等の伝統食も取り入れていきます。伝統食の由来を学ぶ機会になれば幸いです。ご家庭でもぜひ、日本の伝統食について親子でお話されてみてはいかがでしょうか。

## おせち料理について

おせち料理を食べることは、神様をおもてなしして、お供えするものを一緒に食べることで、ご利益にあずかるという意味があります。用意する品数は偶数の場合、2で割れてしまうことから、「割り切れる」が「縁が切れる」を連想させ、不吉な数とされるため、昔から縁起が良いとされる奇数にすると良いと言われています。

給食では、松風焼き、筑前煮、紅白なます等が登場します。

### 試食会のご参加ありがとうございました。

にじ組保護者の方を対象に、12月11日に給食とおやつの試食会を行いました。9名の方にご参加いただき「栄養のバランスが良く美味しかった」「普段の食事の参

考にしたい」等、嬉しいお言葉をいただき、給食室としてもとても励みになりました。寒い中、足を運んでいただきありがとうございました。



## 七草がゆ

七草がゆは中国の風習が由来で一月七日に七種類の野菜が入った汁物食べて、無病息災を願ったそうです。七草にはそれぞれ込められた意味があります。

- ・セリ「競争に競り勝つ」
- ・ナズナ「撫でて、汚れを除去する」
- ・ゴギョウ「仏様の体を表す」
- ・ハコベラ「繁栄がはびこる」
- ・ホトケノザ「仏の安座」
- ・スズナ（カブ）「神を呼ぶ鈴」
- ・スズシロ（大根）「清白」

