

給食だより 1月



今月の給食目標 「よく噛んで食べよう」

明けましておめでとうございます。

お正月は、お雑煮を食べられた家庭も多いことと思います。お正月に雑煮を食べる風習は、室町時代に始まります。なお、一般庶民の間にお雑煮を食べて正月を祝う習わしが定着したのは江戸時代に入ってからのことです。当時は、めでたい意味の旬の野菜や魚介類を混ぜて煮たので、“煮ませ”と呼ばれました。

また、雑煮に入れる餅は、その年の年神さまと呼ぶ稲の豊作をもたらす神様に供える供物の一つで、これを元日の朝に神棚から下ろして雑煮にしました。雑煮は新しい年を迎えて、家族の1年間の安泰を祈るという行事食で、家族がそろって食べるところに意義があります。



☆今月の新メニュー☆
・カジキの地中海ソテー
カジキをにんにく・生姜・醤油・酒で味付けて片栗粉をまぶし、バターで焼いたものです。園では溶かしバターをかけて焼いています。



☆地域や家庭によって違う雑煮☆
雑煮とは、年神様にお供えたその土地の産地ともちを鍋で煮たものです。そのため、雑煮に入る食材や、もちの種類、味付けなどさまざまです。
丸いお餅、四角い角餅、白みそ味、醤油味、東北地方の具材には山菜や、きのこ、新潟県の具材には鮭やいくら、鹿児島県ではさつま揚げが入っていたり、その場所によってさまざまです。
みなさんはどんな雑煮を食べていますか？

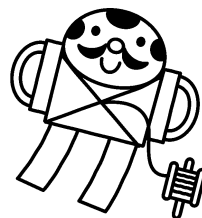
☆食育☆ クリスマス会クッキー作り (2~5歳)
12月18日(水)に2~5歳でクリスマス会のおやつクッキー作りをしました。子どもたちはクッキー作りを前日からとても楽しみにしていて、当日もとても楽しそうにクッキーを型抜き、デコレーション。たくさんクッキーを作っている5歳は上手に綺麗な形を作り、可愛いクッキーができていました。クリスマス会当日、プレゼントボックスの中から出てきたクッキーに子どもたちは大喜びで、自分たちが作ったクッキーを大事そうに嬉しそうに食べていました。



次回のお料理体験は1月24日(金)に、さくら組のクレープ作りがあります。さくら組さん、お楽しみに。



☆今月の郷土料理☆
16日・30日(木)の給食に新潟県郷土料理の『スキー汁』がです。
新潟県上越市の金谷山は、オーストリアの軍人レルヒ少佐が日本で初めてスキー技術を伝えた地として知られています。当時、スキー訓練の時に出された味噌汁が「スキー汁」の原点と言われています。材料にはそれぞれ意味合いがあります。大根、人参→短冊に切り、スキー板。さつま芋→鹿児島出身の軍人がいて、さつま芋を使ったようです。豆腐→雪やあらね。長葱、ごぼう→かんじき。干し椎茸→蓑(みの)、笠(かさ)。こんにゃく(つきこんにゃく)→スキーのシュプール。豚肉→スキー汁発祥当時は雉(きじ)やウサギなどを使っていたようですが、今では豚肉を使い、体を温める脂肪分を加えます。
さくら組さんは、スキー旅行の前で食べられるので、スキー前には旅行に期待しながら、スキー後には旅行のことを思い出して食べると楽しいですね。



☆今月の旬の食材☆
野菜・・・カリフラワー・キャベツ・ごぼう・小松菜・大根・菜の花・白菜・ブロッコリー・ほうれん草・れんこん
魚・・・さわら・たら・ぶり・わかさぎ
果物・・・いちご・いよかん・みかん

