

いただきます 1月

2020. 1. 1発行 栄養士：松元 沙耶香



今年も保育園の食事をたくさん食べて、元気いっぱい遊ぶ子どもたちの笑顔が見られることを願いながら、食事作りに励みたいと思います。今年もよろしくお願いします。



1月もまだまだ厳しい寒さが続きます。風邪やインフルエンザが流行しはじめ、体調を崩しやすい季節となりますので、食事の前の手洗い・うがいの呼びかけをご家庭でもよろしくお願いします。

今月は、お正月料理や七草メニューなどと日本の伝統的な食事を味わえる献立を予定しています。子どもたちと一緒に、食材一つひとつの食べ物の意味を考えながら、食事を楽しみたいと思います。



～おせち料理を食べよう！～

お正月は新しい年が始まる、一年でいちばんおめでたい日です。
おせち料理には、「正月の間は料理をせずに、家族みんなで楽しく過ごせるように」と料理を作っておくようにしたことが始まりと言われています。
また、おせち料理を重箱に重ねるのは、「良いことが重なるように」との意味が込められています。おせち料理には、昔の人の込めた大切な思いがぎゅっと詰まっているのですね♪

くすの子保育園 TEL : 099-295-3233 FAX : 099-295-3234

メールアドレス kusunoko@bronze.ocn.ne.jp

ホームページアドレス <http://www.fujiho.jp/>



メール QR



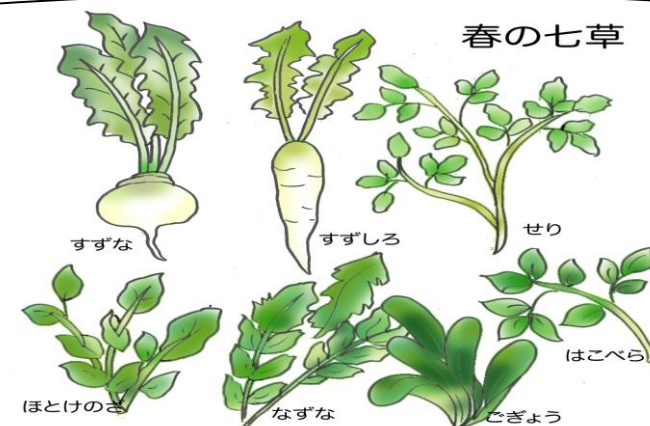
HP QR



くすの子保育園

※食事のことでご意見・ご相談がありましたら、お気軽に上記までご連絡ください。

☆七草がゆ☆



1月7日は、無病息災を願って七草がゆを食べる風習があります。また、お正月でごちそうを食べたお腹を休ませる意味もあります。自分たちで七草を集めるのは大変ですが「七草セット」を販売しているお店も見かけるようになりました。ぜひ、ご家庭でも作ってみてはいかがでしょうか？

7日（火）は、保育園でも七草がゆを準備しています！七草を迎えるお子様とご一緒に、給食室にお立ち寄りください♪

提供時間：検食時間の関係上、11時30分～13時までとなります。



鏡開きで無病息災！



先月11日にもちつきを行いました。一生懸命おもちをつく子どもたちの姿がありました☆

1月11日は鏡開きです。お正月の間に家に飾られていた鏡もちを食べると、家族みんなが一年間無事に過ごすことができるように言われています。保育園でも今年一年の無病息災を願い、鏡開きを行いたいです♪

R100

古紙/パルプ配合率100%再生紙を使用