

☆新年あけまして おめでとうございます☆

今年も健康な一年が過ごせるように、安全で安心な食事づくりを目指します。クッキング活動や栽培活動、行事の会食なども引き続き楽しんでいきたいと思っています。
2019年もよろしくお願いします。



お正月

「初日の出」「初詣」「初夢」

など、日本人は新年に初めて行うことを大切に、たくさんの願いを込め、その年の幸運と繁栄を祈ってきました。お節料理は年神さまをお迎えするために年末用意します。お正月に食べるお雑煮は新年を祝うために欠かせない料理です。餅の形・だしや味付け・具材は地域や家庭によって様々です。我が家だけの特別な雑煮を次世代までつなげたいですね



ジュースやゼリー

12月分の予定献立表からジュースとゼリーを少なくしました。甘く砂糖が多く含まれる飲みものなどは虫歯になるということから、お楽しみでときどき入る程度になります。



パンのおみやげ

今年も発表会の日、おみやげのパンのプレゼントをしました。昨年とは違う業者さんをお願いし、かわいいゆきだるまのような「ゆきぴー」とウィナーが1本入った「フランクロール」ぐるぐるうずまきの「クリームロール」の3種類にしてみました。発表会を終え、家でパンを食べながら会話が弾んだことを子どもたちが教えてくれました。

今年もパンにしてよかった～♪

七草がゆ

1月7日の朝に七草（セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ）を入れたおかゆを食べると、一年病気をしないと言われています。日本では古くから生命力の強い野草は、万病に効き目があると信じられていたようです。お正月にごちそうで疲れた胃腸をいたわります。

保育園では、7日の午後のおやつで七草粥を味わいます。今年も元気に過ごせるように、みんなで食べたいと思います。