

保護者の皆様へ



1月★給食だよ！



令和4年12月26日

社会福祉法人八戸上野
夢の鳥保育園



年末もあっという間に過ぎ、新年がやってきます。

1年で一番寒い1月は、空気も乾燥し、ウイルスが良く飛び回るので、体調も崩しやすい月です。

手洗いうがい、人混みを出来るだけ避ける等、感染症の予防にも気を付けて下さい。

お正月はおせち料理やお雑煮等、日本の伝統食や郷土料理とも触れ合える良い機会です。家族で過ごす休みの間も、たくさん食べ、良く寝て、元気に過ごして下さい。

お正月の食べ物

給食前や食育の時間に、日本の伝統食である七草やおせち料理料理の由来を話し、みんなで正月ならではの「食」を楽しみます。

七草粥

春の七草を刻んで入れたお粥のことです。日本では昔から、七草を食べることで長寿や無病息災を願ってきました。現在では、お正月のごちそうで疲れた胃腸を休めるという意味が含まれており、お正月ではなく毎年1月7日に食べるとされています。

5日に「七草おにぎり」をおやつで提供します。



紅白なます

にんじんの赤と大根の白はお祝いの水引をイメージされされており、一年の始まりには一家の平和を願う意味を込めて食べられています。

6日に「炒めなます」を給食で提供します。



栗きんとん

きんとん（金団）には金色の団子や座布団という意味があります。そこから、金銀財宝を連想させる縁起物としてお正月に食べると勝負運や金運などが上がり、商売繁盛が叶うと言われています。

6日におやつで提供します。



★ 1月の予定★

- 13日（金） そう食育（お正月の食べ物）
- 17日（火） きりん食育（シルエットクイズ）
- 18日（水） 弁当日



12月の様子

ひよこ組



いす組



うさぎ組



くま組



ぞう組



きりん組

