

2024年1月号 明石市立幼稚園 給食だより

新しい一年がスタートします。2024年も元気いっぱいの子どもたちに負けなように、美味しく楽しい給食を提供していきます！

まだまだ寒い時期が続きますが、しっかり食べて、今年も元気に過ごしましょう！



おせち料理

お正月は、歳神様を各家庭へお迎えして新年をお祝いする行事です。歳神様とは毎年各家庭へ新年の幸せをもたらす神様のことで、お正月飾りやおせち料理で歳神様のおもてなしをします。

おせち料理は、歳神様へお供えする料理であることから、縁起の良いものや願いが込められた食べ物が多く、めでたさが重なるようにお重箱に盛り付けます。歳神様にお供えしたものを家族で分かち合いながらいただき、一年の健康と幸せを願います。

田作り

カタクチイワシを農作物の肥料として使用したことから、五穀豊穣を願います

数の子

卵の数が多いことから子孫繁栄を願います

伊達巻き

巻物（書物）に似た形から、分野や学問、教養の向上を願います



黒豆

まめまめしく、よく働けるようにと健康長寿を願います

里芋

親イモから子イモが次々と増えていくことから、子孫繁栄を願います

えび

腰が曲がるまでが長生きできるように、長寿の願いが込められています

金団 (きんとん)

黄金に輝くその色は、財産や富、金運を得る縁起物とされ、一年の豊かさや勝負運の向上を願います

れんこん

たくさんの穴があることから、将来の見通しが良くなるようにと願いが込められています

★ 兵庫県の郷土料理 ★ かつめし

「かつめし」は、加古川市とその周辺地域の郷土料理で、皿に盛ったご飯の上に平たいビーフカツをのせ、上にデミグラスソースをかけて、脇に茹でキャベツを添えた洋食です。

戦後間もなく、まだビーフカツが珍しかった頃、街の食堂で「ナイフとフォークがなくても箸で気軽に食べることができる洋食」として考案されたことが始まりとされています。

幼稚園給食では、1月24日(水)に豚肉を使用したかつめし風のポークかつめしが登場します。給食をとおして、兵庫県の食べ物や食文化などの興味や関心を高める機会になればと思います。



旬の食材 大根



1年をとおして流通していますが、本来の旬は冬です。ビタミンCやカリウム、食物繊維を多く含み、美肌効果や免疫効果があります。

上部は甘みが強く水分が多いので、サラダや大根おろしに、下部は辛みが強く水分が少ないので、お漬物や汁物の具などに適しています。真ん中部分は甘みと辛味のバランスがよく万能で、煮物や炒め物にも適しています。