



謹賀新年

給食だより



令和7年度

美保里こども園



あけましておめでとうございます 今年もよろしく願いいたします

今年も子供たちが給食を楽しめるように心を込めて作りますね。
お雑煮や七草粥の行事食を取り入れながら旬の食材をたくさん使っていきたいと
思います。お家ではどんなお正月を迎えたのかな？また聞かせてほしいです♪
寒い日が続きますが1年元気に過ごしましょう！

・おせち料理・

おせち料理を食べる意味は、元日に年神様をお迎えし
1年の豊作と家族の安全を祈願するためです。
各食材には縁起の良い意味が込められています。



園では、田作り、なます、きんとんが給食で提供されます。

田作りはその昔、イワシを田んぼの肥料にしたところ大変豊作になり大量の米を収
穫できたことから、田を作ることにちなみ「田作り」と呼ばれるようになりました。



なますは、紅白の水引きをイメージし細く切った人参と大根で表現したもので一家
の平和を願う縁起物とされています。昔は生肉や生魚を細かく刻んで調味料と和えたも
のをなますと呼んでいたそうですが、野菜と生魚を味付けしたものになりやがて、
野菜だけをお酢で味付けしたものを「なます」と呼ぶようになりました。

きんとんは「金団」と書き、「金色の団子」もしくは「金色の布団」という意味が
あります。金塊や小判などにみだてていることから、金運上昇を願う料理になりました
幸先の良い食べ物である栗を、1年の始まりの日にいただくことで、「勝負強い一年で
ありますように」と縁起を担ぐことができます。

1月10日金曜日は、お餅つき♪

園では10日に杵とうすを出してきて園庭でお餅つきをす
るよ。幼児クラスのお友達は杵を使って上手につけるかな！
未満児クラスはお餅つきごっこをするよ♪
できたお餅は持って帰るのでお家の人と一緒に何か作って
ね♡♡♡何を作ったか教えてね～！

お餅のいろんな食べ方

- 茹でたお餅にきな粉をつけてあべかわ餅
- お餅を細かく切って油で揚げたらあられ風♪
- お餅を細長く切って豚肉巻いて焼いてみて味付けはご自由に♡
- お餅でピザ
- お好み焼きに入れてもおいしいね♪
- お雑煮最高！おうちのお雑煮はおみそかな？すましかな？
- 焼きもちに醤油や大根おろし、のりを巻いてもおいしいね
- 揚げ出し餅、私は大好き♡



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、春の七草の名前です。
この七草をおかゆにして1月7日に食べるので
す。お正月に食べ過ぎた胃腸の回復をするのと
ともに、「今年も家族みんなが元気で暮らせますよ
うに」と願いながらおかゆをいただきますよ。