



令和6年度1月プメハナ リコこども園
給食職員

あけましておめでとうございます。気持ちも新たに、新年のスタートを迎えることができました。2024年を「おいしかった！また作って！」の笑顔で閉め、2025年も「おいしい！」の笑顔で楽しい給食の時間が始まります。今年も笑顔がたくさん見られるランチルームにしていきたいと思います。お正月にはどんなものを食べて過ごしたのかお話しできることを楽しみにしています。園では8日におせち料理メニューとして、松風焼きとフルーツなますを提供します。松風焼きは、けしの実が表だけについていることから、裏には何も無い正直な生き方ができるようにという意味が込められているそうです。おせち料理には様々な意味が込められているので園でも伝えていきたいと思っています。

鏡開き

鏡開きは、年神様がいらっしゃる間は鏡餅を飾っておき、松の内が明けた11日に行います。年神様の力が宿った鏡餅をいただくことでその力を授けてもらい、1年の無病息災を願います。鏡餅は供えて、おろし、開いて食べてこそ意義があるので、ぜひ食べてみて下さい。

●●●●●鏡開きの禁止事項●●●●●

- ・鏡餅を食べずにいること→必ず食べる
- ・包丁などの刃物で切ること→手で砕くか槌で開く
- ・「割る」と表現すること→「開く」と表現する
- ・食べ残したり捨てたりすること→小さなかけらも残さずに食べる

雑煮やおしるこ、好きな調味料で、ご家庭によっていろいろな楽しみ方で味わってみて下さい。どのようにして食べたのか教えてください。



プメハナっこ農園の冬野菜



プメハナっこ農園にとし先生が冬野菜を植えてくれました。散歩にいったあと給食室に、「畑にブロッコリーの赤ちゃんがいた！」と息を荒くして教えに来てくれ、見に行ってみると畑一面のブロッコリーにキャベツまで！葉が段々と大きくなってきているので、帰り道に覗いてみて下さいね。



1月のお楽しみ給食絵本は…

「ひみつのラーメンやさん」と「おしくらまんじゅう」です。給食には絵本の題名通り、ひみつのラーメンが登場します。おやつにはおしくらまんじゅうのピンクのおまんじゅうがでてきます。お楽しみに！



<旬の食材>

キャベツ、小松菜、大根、ねぎ
ほうれん草、ブロッコリー、白菜
みかん、レモン、ぶり、たら



<松風焼き>

●作り方●

- ①玉ねぎをみじん切りにする
- ②ボウルにごま以外の材料を入れ、よくこねる
- ③クッキングシートを敷いた耐熱バットに②を敷き詰め、平らにし、万遍なくごまをふる
- ④オーブン 200度で20分焼き、肉に完全に火が通っていたら取り出し、包丁で好きな大きさに切って完成

●材料●4人分

- ・鶏ひき肉…300g
- ・卵…1個
- ・玉ねぎ…1個
- ・パン粉…大さじ4
- ・みそ…大さじ2
- ・おろし生姜…小さじ1/2
- ・いりごま…適量

