

きゅうしょくだより



# お正月料理



もうすぐお正月。お正月は新しい年が迎えられたことを感謝し、その年の豊作と家族の健康を祝う行事です。日本では、昔からお正月に食べる料理を「おせち料理」と言います。

## おせち料理

一つ一つの料理に願いが込められています。重箱に詰めることにも「めでたさや福が積み重なるように」との意味合いがあります。



### こぶまき



「よろこぶ」に通じる。楽しく暮らせるように。

### 紅白なます



おめでたい紅白の水引をイメージし、平和を願って。

### 黒豆



まめ（元気）に暮らせるように。

### だてまき



書の巻物に似ていることから、学業成就を願って。

### えび



腰が曲がるまで長生きできるように。

### 紅白かまぼこ



初日の出に似ていることから、縁起を担いで。

### 煮しめ



様々な食材と一緒に煮ることから、家族仲良く暮らせるように。「子孫繁栄」の里芋や「先が見通せる」れんこんなどを使う。

### 栗きんとん



黄金色の財宝に例えられ、裕福に過ごせるように。

1月の給食では、なます、炒り鶏（煮しめとして）、きんとんなど、おせち料理にちなんだ様々なメニューが登場します。一ヶ月を通して保育園でもお正月の雰囲気を楽しみたいと思います。

また、お正月料理に欠かせない「お雑煮」も給食で提供します。ご家庭でも経験していただき、食べ慣れておくと安心ですね。（3歳未満のお子さんは、お餅をお豆腐に代えます。）

保育園では、次のことに配慮しながら安全に食べられるようにしていきます。

### お餅を安全に食べるために…

- 食べる前に子ども達に「お餅は注意が必要なこと、よく噛んで食べること」を伝える
- 姿勢を整えているか、遊びながら食べていないか、つめ込みすぎているか見守る

※小さめの切身のお餅を和菓子屋さんに注文し提供します。



家族がそろってゆったりと過ごせる年末年始、ぜひご家庭でも行事食を囲んで話題にしながら、楽しく安全にお過ごしくださいね。