

食育だより No. 10

平成 30 年 1 月 1 日 みなみひの保育園

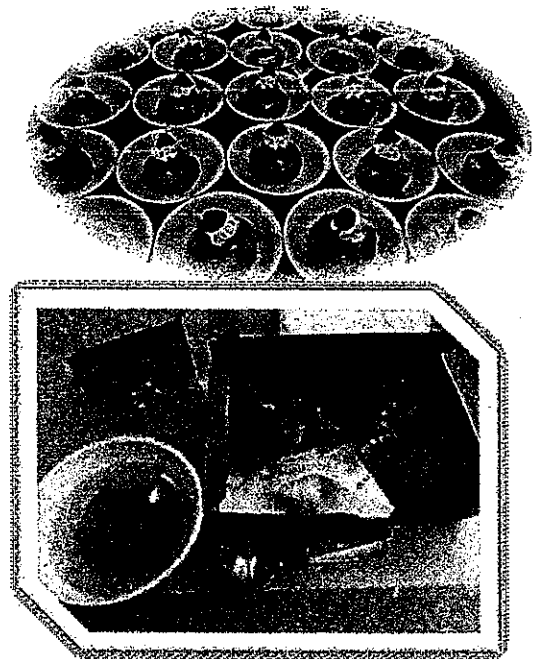
新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。
1 月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまう生活リズムを少しずつ整えるためにもあたたかい朝食をしっかりと食べて、1 日を元気に過ごせるようにしていきましょう。
給食室でも新しい年を迎えるにあたり、安心安全な給食、美味しい給食を心がけて作っていききたいと思います。



鏡開きで健康を祈る



鏡開きとはお正月にお供えた鏡餅を、松の内が明けた 1 月 11 日にみんなで食べて健康をお祈りする行事といわれています（地方によっては日にちが異なります）。ちなみに、「開く」というのは「切る・割る」という意味です。餅を切ることは切腹のイメージがあることから「開く」の文字が使われるようになったという説があります。



12 月 22 日の冬のつどいでは幼児クラスみんなで一緒にホールで給食を食べました。その日はランチボックス入りの特別メニュー！！
初めての会食で緊張しながらも会話を楽しみながらいつもと違う雰囲気にも苦手な野菜も残さずおいしく食べていました。
行事食では子どもが楽しくおいしく食べることが出来るよう工夫しています。

1 月のお誕生日メニュー

- ・まぜご飯
- ・パフェ
- ・カジキのカレー揚げ
- ・白菜のお浸し
- ・味噌汁
- ・フルーツ

