



# 給食だより

令和5年度第10号

柏市立保育園



新しい年を迎えました。年末年始は、どのように過ごされましたか。本年も子ども達が美味しく、楽しく食べられるよう心を込めて給食を作ります。

1月は「おせち」「お雑煮」「七草がゆ」「鏡開きのお汁粉」など新年を祝う行事食がたくさんあります。これらの食事に目を向けて、日本の伝統的な食文化に親しむことができるといいですね。



## 日本の伝統料理「おせち」に込められた意味は？



おせち料理は、季節の変わり目である五節句（お正月を含む人日、上巳、端午、七夕、重陽）に豊作を感謝して神様に特別な料理をお供えをする風習（御節供）から始まったと言われています。そのうち、新年を迎える最も重要な正月の料理が、「おせち料理」として定着しました。南北に長い日本では、地域ごとに取れる山の幸、海の幸が取り入れられ、地域ごと、さらには家庭ごとに様々なおせち料理やお雑煮が存在します。みなさんのお家ではどのような料理が並びましたか？

### ① ころも巻き

…「ころも」の発音が「よろこぶ」と同じ音でめでたいとされた

### ② れんこん…将来の見通しが良いように

### ③ 数の子…子孫繁栄

### ④ 海老…腰がまがるまで長生きできるように

### ⑤ 黒豆…まめに働き、健康に暮らせまように



### ⑥ だて巻き

…巻物に似た形から、知識が増えるように

### ⑦ 田作り

…いわしを肥料として使った畑が豊作になったことから、五穀豊穡を願う



全国のいろいろな雑煮はこちら

農林水産省「全国のいろいろな雑煮」  
[https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2001/spe2\\_03.html](https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2001/spe2_03.html)

## 食育の窓

### かがみびら 鏡開きって何？

お正月に年神さまにお供えた鏡餅を、一家円満と繁栄を願い、みんなで分けていただきます。包丁で切ったりせず、木づちなどでたたき割ります。お供えた餅がさがられることは、お正月の終わりを意味します。

【お餅をつかった料理】※誤嚥・窒息に注意

おしるこ、餅ピザ、餅のミートグラタンなど

地域によりますが、例年1月11日に行われることが多いです。



## 今月の行事食

1月11日（木）の給食は、

まつかぜ や  
「松風焼き」が出ます。

松風焼きは、調味した鶏ひき肉を平らに焼き、表面だけに、ゴマなどをまぶして作ります。「“裏のない”正直な生き方ができますように」という願いが込められています。



栄養士は月に2～3回保育園に巡回をしています。「食に関するご相談」や「給食レシピを知りたい！」等お気軽にご相談下さい。公立保育園の給食レシピは柏市役所のホームページ（はぐはぐ柏）やクックパッドに一部掲載をしています。子ども達に人気のメニューやご家庭で作りやすいメニューを掲載していますので、ぜひご覧ください。

クックパッド

<https://cookpad.com/kitchen/13624456>



はぐはぐ柏 HP

<https://www.city.kashiwa.lg.jp/hoikuunei/kourituhoikuenn/kyuusyokureshipi.html>

