



ごちそうさま

あけましておめでとうございます！！

新しい年を迎えるお正月には、昔から伝わるおせち料理などの行事食を食べることで、一年間の幸せを願います。市立の保育所やこども園の給食では、1月の献立で「ごまめ、七草がゆ風、さつまいも、あんこ添え、栗きんとん、煮豆(黒豆)」が登場します！



おせち料理

入っている食べ物は縁起物の料理で、一つ一つに意味があります。

黒豆
まめに働き、まめに暮らせるように

紅白かまぼこ
形が似ているので、初日の出を表わしています

海老
腰が曲がるほど、元気で長生きに

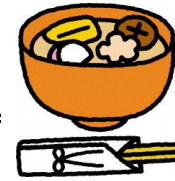
栗きんとん
商売繁盛・お金がたまりますように
(きれいな黄色の見た目がお金を表すから)

ごまめ(田作り)
豊作祈願
(昔、田を作る時の肥料にしていたところから豊作を願っています)

昆布
よろこぶ(お祝いの縁起物)

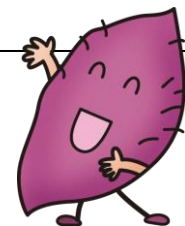
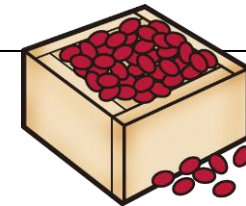
その他にも
たこ...多幸(幸多かれ)
鯛...めでたい
数の子...子孫繁栄

お正月にかかせない料理 雑煮のおはなし



関西では白みそ味で丸餅入り、関東ではしょうゆ味で角餅入りが多いと言われています。喉に詰める心配のあるお子様やお年寄りなど、お餅を食べられない場合には麩や里芋、小さく丸めたご飯を焼いた物などで代用しても良いかもしれません。汁の味付けや具材の種類なども含め、地域や各家庭によりおどろくほどの違いがありますが、みなさんのご家庭ではどんな雑煮でしょうか？

手作りおいしい！ さつまいものあんこ添え



作り方

材料	1人分
さつまいも	50グラム
あずき	10グラム
水	25グラム
砂糖	8グラム
塩	少々

- あずきをきれいに洗い、水につけておく。
※他の豆に比べて十分に水を吸いませんが、給食では少しでもやわらかく煮えるようにつけています。
- さつまいもは洗って皮をむき、適当な大きさに切ってゆでる。
- ①を3倍くらいの水でゆでこぼし、ザルにあけ水分を切っておく。
※ゆでこぼし：ゆでた後の汁をすてること。あく抜き効果があります。
- 鍋に③とたっぷりの水を入れ、指でつぶせるくらいまで柔らかく煮る。
- 砂糖を数回に分けて加えながら皮がやわらかくなるまで、とろひでコトコトと煮て、塩で味を整える。
※塩を入れると、甘味がひきたちますが、入れすぎに注意しましょう。
- 器に②の芋を入れ、⑤を添える。

