

給食だより

明けましておめでとうございます。

いよいよ新しい年になりました。本年も安全で、おいしい給食を提供できるように引き続き努めて参ります。どうぞ宜しくお願い致します。

おせち料理

料理をつめる重箱には幸せや福を重ねるという意味があり、上から一の重、二の重、三の重、与の重とよばれています。

由来は、豊作などに感謝して神様に供える節供からといわれており、ひとつひとつの食材に意味があり、徐々に新年を祝うものへとかわっていったそうです。



一の重

甘めの口取り、祝肴

〈例〉栗きんとん(商売繁盛)・伊達巻き(学業成就)・黒豆(勤勉)・田作り(五穀豊穰)・数の子(子孫繁栄)など

二の重

焼き物

〈例〉たい(めでたい)・ぶり(出世)・海老(長寿)など海の幸

三の重

酢の物

〈例〉紅白なます(祝い)など

与の重

煮物

〈例〉れんこん(見通しがよい)・里芋(子孫繁栄)・くわい(めでたい)・筍(健やかな成長)などの山の幸



春の七草ってどんな草？

せり(芹)

新芽がせりあって育ちます。

効能→解熱効果、利尿作用、整腸作用

なずな(薺)

別名ぺんぺん草ともいいます。

効能→解毒作用、胃腸障害、むくみ

ごぎょう(御形)

現代名は母子草(ははこぐさ)という名称です。

効能→咳やのどの痛み

はこべら(繁縷)

繁栄がはびこるという意味があります。

効能→胃炎、歯槽膿漏

ほとけのざ(仏の座)

中心から伸びた茎に黄色の花を咲かせます。

効能→歯痛、食欲増進

すずな(菘)

かぶのことをいいます。

効能→整腸作用、しもやけ

すずしろ(蘿蔔)

大根のことをいいます。

効能→風邪



七草粥にして胃腸の疲れをとり、無病息災を願いましょう♪

★12月24日はクリスマスメニューでした★

〈昼食〉

- ・ロールサンド
- ・クリスピーチキン
- ・マカロニサラダ
- ・ポテトフライ
- ・コーンスープ
- ・バナナ
- ・牛乳



〈おやつ〉

- ・ブラウニー
- ・オレンジジュース