



龍華保育園  
宮保育園  
こま草保育園  
1月号

あけましておめでとうございます！！  
今年も元気いっぱいの子ども達に負けないよう、心を込めて美味しい給食を作っていきます。

## 新年を祝う ころろ

お正月は、新しい年を迎えられたことに感謝し、1年の豊作と家族の健康を願う行事です。年の初めを祝って食べるおせちの中身は、願い事の意味が込められています。

例えば・・・黒豆・・・マメに（健康に）過ごせますように



- 田作り・・・昔は、イワシを田畑の肥料にしていたことから、豊作を願う
- えび・・・腰が曲がるまで、長寿を願う
- 昆布巻き・「よろこぶ」につうじる
- きんとん・お金に恵まれますように



食べ物に込められた願いなど、  
楽しい会話と共に過ごす時間は、子ども達のころろの中に  
新年に期待し、新年を祝うころろが芽生えそうですね。

## 筑前煮

### 1月の給食メニューより

〈材料〉4人分

- ・鶏肉 120g
- ・ごぼう 40g
- ・にんじん 60g
- ・れんこん 40g
- ・さといも 40g
- ・こんにゃく 1/2枚
- ・干しいたけ 4枚
- ・油 適量
- ・しょうゆ 大さじ1強
- ・さとう 小さじ2
- ・みりん 小さじ1

《作り方》

- ① 干しいたけは水で戻し、食べやすい大きさに切る。
- ② その他の食材も食べやすい大きさに切る。
- ③ 里芋、こんにゃくは下茹でする。
- ④ 鍋に油を熱し、食材を軽く炒め、ひたひたの水で煮る。
- ⑤ 臭が少し柔らかくなったら調味料を加え、水分がなくなるまで煮る。



【れんこん】

先を見通せる年でありますように！！