



1月 献立表



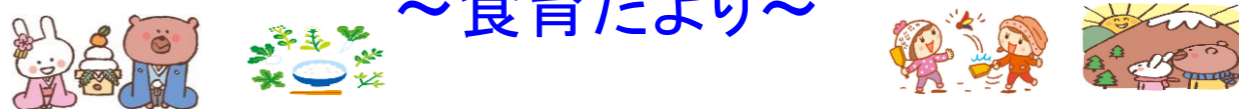
令和6年1月

まゆみの里保育園

Table with 5 columns: 日曜 (Day/Week), 昼食 (Lunch), 15時おやつ (15:00 Snack), 3色分類 (3-color classification: 体をつくる, カヤや体温のもとになる, 体の調子を整える), 調味料等 (Seasonings, etc.).

Table with 5 columns: 日曜 (Day/Week), 昼食 (Lunch), 15時おやつ (15:00 Snack), 3色分類 (3-color classification: 体をつくる, カヤや体温のもとになる, 体の調子を整える), 調味料等 (Seasonings, etc.).

※0.1歳児のクラスのお子様は午前のおやつにおせんべい、スティックゼリー、またはビスケット等を食べています。詳しくは連絡帳をご覧ください。



～食育だより～

「初日の出」は、元日の朝に昇る太陽のことで、見晴らしのよい山、海岸、小高い丘、船の上などで、一年の幸せと健康を願いながら拝みます。一年の始まりに見る太陽を特別なものとして拝むのは、年神様(としがみさま)が現れると信じられていたからだとす。2024年も、よいことがありますように。



食育だより
おせち料理・七草がゆ
お正月は新しい年の神様を迎え、新たな1年の実りを願う祭事です。「おせち」はその神様へのお供え物といわれています。健康を願う黒豆、豊作を祈る田作り、豊かに暮らせるように願う栗きんとんなど、縁起を担いだ料理が詰め合わされています。一方、七草がゆは1月7日の人日(じんじつ)の節句に、邪気を払い無病息災を祈って食べられてきた物。お正月のごちそうで疲れた胃にも、ぴったりです。

お正月に使うはし
お正月などお祝いの時に使われる丸ばしは、「お祝ばし」や「両口ばし」とも呼ばれています。両端が細くなっているのは、片方を年神様(としがみさま)、もう片方を人が使うことを意味しています。しなやかで折れることがなく縁起が良いことから、ヤナギの木で作られており、白木の香りは、悪いものを追い払ってくれると信じられています。