



バンビーノハウス保育園



あけまして おめでとう ございます



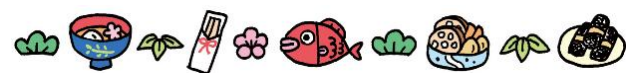
ご家族のみなさん、体調を崩すことなく新しい年を迎えられましたでしょうか？

おせち料理やお雑煮を食べて楽しく過ごされたことと思います。

今年も子どもたちの成長と健康のために、安全で栄養満点のおいしい給食作りに励みたいと思っています。また、たくさんの食体験を通して、子どもたちが「食」に興味・関心が持てるよう、楽しく活動したいと思っています。今年もどうぞよろしくお願い致します。



おせち料理の意味



年神様にお供えするための料理を『おせち』と言います。おせち料理のひとつひとつには意味があります。



《黒豆》 まめ(勤勉)に働き、まめ(健康)に暮らせますように



《田作り》 作物がたくさん実りますように



《数の子》 子宝に恵まれますように（子孫繁栄）



《えび》 腰が曲がるまで長生きできますように

《昆布巻き》 毎日の健康をよろ“こぶ”



《れんこん》 将来の見通しが利くように



《紅白かまぼこ》 紅白は縁起の良い色



春の七草

七草がゆは、今年一年の**無病息災**を願って食べられます。

また、**ビタミン**や**ミネラル**が豊富に含まれているので、年末年始やお正月に栄養バランスが偏ってしまった身体の**栄養補給**もできます。たくさんごちそうを食べて弱った胃や身体を休ませるのも、七草がゆを食べる理由のひとつだといわれています。最近、スーパーマーケットなどで、便利な七草セットが販売されていますので、七草の名前を1つ1つ確認しながら試してみたいかかでしょうか😊



せり



すずしろ
(だいこん)



すずな
(かぶ)



ごぎょう



ほとけのざ



なすな



はこべら

材料

- ・七草 1パック
- ・砂糖 大さじ1
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ2
- ・ごま油 適量
- ・ごま 適量

【七草おにぎり】

作り方

- ① 七草を軽く塩ゆでし、粗くみじん切りにする。
- ② フライパンにごま油をいれ、七草を炒める。
- ③ 調味料と、ごまを入れる。
- ④ 炊きたてのご飯と混ぜ、完成

☀園では、1/7（水）のおやつでいただきます



🔍お料理室のようす～給食ができあがるまで～🍱



給食で使用する食材は、しっかりと洗淨し、ひとつひとつ丁寧に切っています😊



大きな鍋で湯がきます!!

オーブンやフライヤーを使って、一度にたくさん調理します🔍



盛り付けをして完成👏

