



食育だより(1月号)

令和5年1月4日発行



先月のお楽しみ給食の紹介



メニュー

- ・ロールパン
- ・フライドチキン
- ・シーザーサラダ
- ・かぼちゃのポタージュ
- ・フルーツゼリー



- ★離乳中期食メニュー★
- ・白身魚のトマトクリームリゾット
 - ・南瓜のポタージュ
 - ・フルーツジュレ



12月22日は冬至だったので、
南瓜のポタージュを提供しました！
体が温まり、とてもおいしかったです。



かわいい星とツリーの
クッキー付きです♡



鏡開き

1月11日は一般的に「鏡開き」が行われます。鏡開きとは、お正月に飾っていた鏡餅をさげ、ぜんざいや雑煮などにして食べる行事の事です。

保育園では、お餅の代わりにさつま芋の入ったぜんざいを3時のおやつで提供予定です。一年間元気に過ごせることを願いながら、みんなと一緒に食べましょう！



七草粥

毎年1月7日、一年の最初の節句である「人日の節句」に七草粥を食べるのは、七草の若芽を食べて植物がもつ生命力を取り入れ、無病息災でいられるようにという願いが込められています。

保育園では5日の3時のおやつに七草粥を提供予定です！おたのしみに～♡