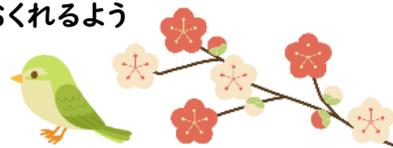




あけましておめでとうございます。今年も子どもたちが元気いっぱい園生活をおくれるよう心を込めて給食を作っていきますので、よろしくお願いします。



<春の七草について>

日本には、季節ごとに様々な行事があります。1月7日に「七草がゆ」を食べる習慣もそのひとつです。七草は、早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うといわれており、古来より身体を邪気から守るための行事食として親しまれてきました。さらにお正月のご馳走に疲れた胃腸をいたわり、青菜の不足しがちな冬場の栄養補給をする効用もあります。地域によって、七草の種類が異なりますが主な七草の一つ一つの意味をご紹介します。

せり



勝負に競り勝つ

なずな



撫でて
けがれをはらう

ごぎょう



仏様の体

はこべら



子孫繁栄

ほとけのざ



仏様が座っている
台座のように見える

すずな(かぶ)



神様を呼ぶ鈴

すずしろ(だいこん)



汚れのない
清白



七草がゆ

◆もちもち食感 大根もち◆



<材料>

- *大根 300g
- *ベーコンスライス 2枚
- *刻み青ネギ 20g
- *とけるチーズ 20g
- *片栗粉 大さじ2
- *小麦粉 大さじ2
- *鶏ガラスープ 小さじ1
- 油(焼く用) 適量

※お好みでポン酢やしょうゆをつけて食べてもおいしいです。

<作り方>

- ① 大根はすりおろして軽く水気をきる。
- ② ベーコンは細かく刻んでおく。
- ③ 大根おろしと刻んだベーコン、油以外のその他の材料を粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ④ 温めたフライパンに油をなじませて③の大根もちの生地をスプーンなどですくって、適当な大きさに丸く広げ時々、表裏をひっくり返しながらかく。
- ⑤ 生地が表面がカリッときつね色になって中まで火が通ったら完成!