



きゅうしょくだより

平成31年3月1日
八千代保育園



ひなまつりの食べもの

ひな祭りには伝統的なお祝い料理があり、春の訪れを伝える旬の食材が使われています。それぞれの料理や色にも縁起の良い意味が込められています。風情ある由来を知ると、よりいっそう意味をもってひな祭りが楽しめそうですね。

ひしもち

緑、白、ピンク（紅）の3色の餅を菱形に切って重ねたものを飾ります。緑は「大地」、白は「雪」、ピンクは「桃」で「雪がとけて大地に草が芽生え、桃の花が咲く」という意味が込められているという説があります。緑餅は増血効果があると言われるよもぎを混ぜ、白餅には血圧を下げると言われるひしの実が入り、ピンク餅は解毒作用があると言われるクチナシで色をつけています。また、菱形は「心臓」を表していると言われ、災厄を除こうという気持ちや、親が娘の健康を願う気持ちが込められています。



ひなあられ

餅に砂糖を絡めて炒った、ひな祭りの節句の代表的な和菓子のひとつです。ピンク、緑、黄、白の4色でそれぞれ四季を表していると言われています。でんぷんが多く健康に良いことから、「1年中、娘が幸せに過ごせるように」という願いが込められています。



白酒

もともとは桃の花びらを漬けた「桃花酒」というものが飲まれていたと言われています。桃は邪気を祓い、気力や体力の充実をもたらすということで、薬酒のひとつとして中国から伝えられました。江戸時代からは、みりんを蒸した米や麴を混ぜて1カ月ほど熟成させた「白酒」の方が親しまれるようになりました。「白酒」はアルコール度数10%前後のお酒で大人しか飲めないのも、子どもにはノンアルコールの「甘酒」やお酒に見立てた「カルピス」がおすすめです。

らいおん組 リクエスト献立

らいおん組のみんなにもう一度食べたい給食のメニューを聞いてみました。

◎昼食◎

ハンバーグ、唐揚げ、カレーライス、
ドライカレー、納豆御飯

◎おやつ◎

煮込みうどん、ピザトースト、
フルーツゼリー、かぼちゃドーナツ



3月の献立に取り入れているのでお楽しみに★

ぱんだ組の食育活動

給食室で野菜を切っていると、散歩の準備をしているぱんだ組さんが「きょうのごはんはなんですか？」と毎日声を掛けてくれます。「〇〇だよ」というと、次々みんなが集まってきて、「つぎの（ほかの）ごはんは？」「ぼくそれたべたことある！」と話が盛り上がっています。

ぱんだ組さんはこれまで野菜洗いやパン屋さんにお買い物などの活動をしてきましたが、きりん組になるといよいよ調理保育が始まります。以前らいおん組が調理保育をしている様子を見て「かっこいいね」とつぶやいてました。きりん組になって何を作るか楽しみです。