



【旬の食材】

※太字は、「まつやまのうりんすいさんぶつづらんどにんていひん」です。

きゃべつ、ぶろっこりー、はくさい、れたす、みつば、しゅんぎく、ほうれんそう、こまつな、あおねぎ、しろねぎ、だいこん、かぶ、

かき、きういふるーつ、うんしゅうみかん、はれひめ、いよかん、でこぼん、ぼんかん、あまくさ、**せとか**、ねーぶる、れもん、はっさく、**ぶんだん**、**まつやまあぼかど (ぴんかーとん)**

いか、かれい、さば、たちうお、はまち、ひらめ、ぶり、かわはぎ、ほご、ひじき、**せとうちのぎんりにぼし**、**まつやまひじき** など



明けましておめでとうございます！



昨年は大変お世話になりました。本年もどうぞよろしく願いいたします。

今年も引き続きご家庭と連携をとりながら、安全で安心な給食の提供をしていきたいと考えていますのでよろしくお願いいたします。

【行事食】

おせち料理

本来、おせち料理は、5節句（人日、上巳、端午、七夕、重陽の節句）の際に備える料理全般をさしていました。そのうち、特に重要な正月の料理を「おせち料理」と呼ぶようになりました。おせち料理は、1年の家内安全と無病息災を願うもののため、材料も内容も語呂合わせで縁起を担ぐものが多くなっています。地方や家庭ごとにお重の中身はさまざまです。

おせち料理のいわれ



田作り

イワシの肥料をまいた田んぼが豊作だったことから、五穀豊穡を願う



黒豆

まめ（まじめ・健康）に暮らせるようにと無病息災を願う



数の子

数の子はニシンの卵。ニシンは卵が多いため、子宝と子孫繁栄を願う



昆布巻き

「養老昆布 = よろこぶ」で長寿・子孫繁栄を願う



伊達巻

「伊達」は華やかさや派手さを表す言葉で、巻物に似た形から文化・学問・教養を持つことを願う



紅白かまぼこ

形が「初日の出」に似ていることから用いられる
赤色は魔除け、白色は清浄を意味する

七草粥（1月7日）



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。

お正月で疲れた胃を休め、不足しがちな栄養を補う七草がゆを食べてはいかがでしょうか。

★七草

せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）

（基本情報作成：松山市保育・幼稚園課）