



# きゅうしょくだより

R3. 1 厚生館保育園

あけましておめでとうございます！今年も給食室一同をよろしくお願いたします。  
今年のお正月はどのように過ごされましたか？美味しいものを食べていいお正月を過ごされたと思います。お子さん達に話を聞くのが楽しみです。

## 今月の行事食

- 7日 七草 七草がゆ  
12日 おたのしみおやつ ココアドーナツ  
15日 小正月 さつまいもぜんざい



## 今月のおすすめメニュー

### ▼しらすの卵焼き

[材料]	(幼児5人分)
卵	4個
しらす	40g
ほうれん草	40g (2、3束)
だし汁	70ml
砂糖	小1
しょうゆ	小1

### [作り方]

- ① ほうれん草はゆでて、1cm程の長さに切る。
- ② ボウルに卵を割り入れてかき混ぜる。
- ③ ②に全ての材料を入れてよく混ぜる。
- ④ フライパンで、卵焼きと同じように焼き上げる。

### ▼スノーボールクッキー

[材料]	(約20個)
薄力粉	230g
砂糖	45g
バター	140g
粉糖	30g

### [作り方]

- ① バターと砂糖を鍋に入れて火にかけ、バターを溶かす。
- ② ①に小麦粉を入れてよく混ぜ合わせる。  
ひと塊になればOK
- ③ 直径3cm程の球状に丸めて、クッキングシートに間隔を空けて並べる。
- ④ 180℃に予熱したオーブンで15～20分ほど焼く。
- ⑤ あら熱が取れたら、粉糖をまぶして出来上がり！

延長番のおやつで  
大好評でした♪

🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄  
**デコレーションケーキ** 🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄🎄



はと組さんは、クリスマスケーキを自由にデコレーションしました☆



## お正月に食べるお雑煮

お雑煮は、正月の行事食で全国各地に様々な種類があります。お雑煮が正月に食べられるようになったのは室町時代の頃からといわれています。また、それが庶民の間に広がったのは江戸時代の末期だそうです。

～様々な種類のお雑煮を一部紹介します～



博多雑煮  
・焼きあごだし  
・ブリ



くるみ雑煮(岩手)  
・くるみだれ



小豆雑煮(島根)  
・丸餅  
・ぜんざいの語源



京風雑煮  
・白みそ

※他にも様々な種類のお雑煮があるのでぜひ調べてみてください♪