



# 給食だより



新年あけましておめでとうございます。1月はおせち料理や七草がゆ、鏡開きなど伝統食が多く出ます。おいしく食べて文化を伝えていきたいと思います。12月はそらくッキーブル、やまでピザづくり、たんぽぽでパンづくり、そらやまで手前みそでつくったみそ汁とクリスマスにケーキのトッピングをしました。

## 【おうちの味 手前みそ】

昨年度仕込んだ手前みそをそらやまのみんなでみそ汁とおにぎりをつくって食べました。生きているみその香りは市販ではなかなか味わえません。夏暑かったこともあり熟成が進みうまみたっぷりのみそが出来上がりました。今後給食でも使用していきます。1月にまた来年の幼児クラスのみんな（すみれ、ちゅーりっぷ、なのはな）で大豆をつぶして麹を混ぜて手前みそを仕込みます。

## 【干し柿を干しています】

冬の保存食を知ろう、干すことで変わる様子を楽しもうと毎年おこなっている干し柿。大きな渋柿を子どもたちの目の前で皮むきました。渋い皮をなめてみて「舌がざらざらする」「わかんない普通においしい」など教えてくれました。意外と干し柿好きが多いので今年はいつもの倍干す予定です。テラスに干して、上手くいけば年明けには食べられます。楽しみにしていてください♪



## 【もちつきをしました】

もちつき会を行いました。さくらさんや先生、お手伝いに来た保護者がもちをつくところを歌いながら楽しく見て、たくさん食べました。だししょうゆもちが人気でした。  
鏡もちも飾っています。年明けには鏡開きでまたぜんざいを食べる予定です。

## 【さくらさんのきゅうしょくしつお手伝い】

11月からさくら組の子がそらやま1人ずつ給食室の中に入って米とぎから始めて、ピーラーで皮むき、包丁で野菜を切っています。包丁を怖がる子もいましたが、やってみたい気持ち、ほかの友だちと一緒にやりたい気持ちからチャレンジして自信をつけています。

## 1月の予定

おせち料理 なます、黒豆、たたきごぼう、煮しめ、松風焼き まとめると献立が渋すぎるので1月の色々な日に入っています。

7日（火） 七草がゆ 1年の無病息災を願う、胃を休める

11日（木） 鏡開き（ぜんざい）お供えしたおもちを食べることでパワーを分けてもらいます

29日（水） 誕生会

手前みそづくり 幼児（すみれ、ちゅーりっぷ、なのはな）

さくら食堂 さくら組がごはんをつくりお店やさんをやってすみれ、ちゅーりっぷ、なのはなをおもてなしします。

## 給食レシピ かぼちゃスープ

おだしが入った和風のポタージュであっさりしていて飲みやすいです。気持ち野菜少な目かな？くらいの量ですが、その方が子どもも食べやすいように思います。一度作ってみてください！

材料（5人分）

かぼちゃ 150g

玉ねぎ 75g

油 小さじ1

砂糖 小さじ1～

塩 少々～

だし汁 600ml

豆乳 100g

① 玉ねぎは皮をむいて薄切り、かぼちゃも皮を軽くむいて薄切りにする。

② 鍋に油をしき、玉ねぎをしっかり炒めたらかぼちゃを入れ焦げ付かないよう炒める。

③ だし汁、砂糖、塩を加え、ふたをして煮込む。

④ かぼちゃがやわらかくなったらミキサーヤブレンダーでなめらかにする。

⑤ 豆乳を加え、塩や砂糖で味を調えて出来上がり

⑥ お好みで水溶き米粉や片栗粉でとろみをつけるとあたたかくて食べやすいです。