

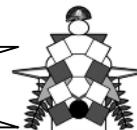
12月給食だより



さいたま市立常盤小学校
校長 宮原 孝



伝えていこう！行事食



冬休みには、「年越しの行事、お正月」等、昔から伝わる日本の伝統的な行事や、クリスマスのような近年新たに加わった行事があります。時代が変わり、暮らし方が変わってきましたが、特別な日には「行事食」を作り、家族で季節の節目を迎えられたらよいですね。

お正月 ～年の初めに、無事にこの日を迎えられる感謝と一年の健康と安全を祈る～

お正月は、新しい年を祝う日です。お正月を祝う食べ物や飲み物があります。鏡餅、お雑煮、おせち料理、お屠蘇とそなどがそれに当たります。鏡餅は神様へのおそなえの一つで、鏡開きにお餅を割って食べます。おせち料理の一つ一つには、願いや祝いなどの意味が込められています（下記参照）。お雑煮は年神様に捧げたお餅を、野菜と一緒に煮て食べたのが始まりと言われています。お雑煮に入れるお餅は、関東から東は焼いた四角いおもちで、西は焼かない丸いおもちです。お屠蘇は、家族みんなが一口ずつ飲んで、元気に過ごせるようにと願いを込めていただきます。

おせちのいわれについて調べてみました！

- こぶまき**：「よろこぶ」の「こぶ」につながる、おめでたい意味。
- 紅白なます**：大根の白とにんじんの赤で、おめでたい紅白を表す。
- 黒豆**：「まめ（健康）に暮らせるように」との願い。
- れんこん**：穴があいているので「先をよく見通せるように」との願い。
- かずのこ**：たくさんの卵があることから、子孫繁栄を願う。
- きんとん**：その色から財産、富を得る縁起物とされている。
- 田作り**：稲の豊作を願う気持ち、五穀豊穡の願い。



○レシピ紹介○

給食で人気のワンタンスープのレシピを紹介します。御家庭でも、是非作ってみてください。

【材料】4人分

- ぶたにく小間 40g
- キャベツ 120g
- にんじん 1/2本
- たまねぎ 50g
- もやし 80g
- ねぎ 50g
- しょうが 1かけ
- ワンタンの皮 50g
- ごま油 大匙1
- 鶏がらスープ600cc
- しょうゆ 大匙2
- 酒 大匙1
- 食塩 小匙1
- 白コショウ 少々

【作り方】

- ①キャベツ、にんじんは千切り、たまねぎはスライスする。
- ②しょうがはみじん切りにする。
- ③鍋に油を熱し、しょうがを炒め香りが出たら豚肉を入れる。
- ④鶏がらスープを入れ、にんじん、もやし、キャベツ、たまねぎを入れる。
- ⑤調味料を入れ、ねぎ、ワンタンの皮を入れる。

お好みで、なると等好きな具材を入れてください。