

# いただきます 1月号

豊能町学校・幼稚園給食会 発行

## 1月の行事食

### おせち料理

もともとは、神様にそなえる料理で、家が栄えるようにという縁起物の料理でもあります。



1月1日~

おせち・雑煮

### 雑煮

31日の夜に、その土地でとれた食べ物を神様におそなえしました。そのおさがりを元旦に雑煮にして食べたそうです。おさがりを食べることで、神様のパワーをいただけるという意味があったそうですよ。今でも各地で雑煮の具は異なりますね。

### 七草がゆ

七草は早春にいち早く芽吹くので、「生命力のある草を食べ、自分も元気になろう」という意味があるそうです。お正月のごちそうで疲れた胃を休める役割もありますよ。

1月7日

七草がゆ

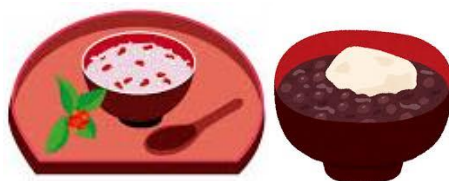


### あずきがゆ

あずきの赤色には、魔除けの力があると考えられていました。そこで、厄をはらって、一年を健康に無事に過ごせますようにと願いを込めて食べられてきたそうです。

1月15日(小正月)

あずきがゆ 小豆粥・ぜんざい



### ぜんざい

ぜんざい(善哉)は「善き哉」と読めることから、一年間いいことが起こる縁起物とされています。おさがりの鏡もちを食べて神様のパワーももらっているそうです。雑煮の代わりに食べる地域もあるそうですよ。

## おせちの具に込められた願い

### 黒豆

元気にまめめしく働けますように



### 数の子(ニシンの卵)

たくさんの子宝に恵まれますように

### くりきんとん

金色の宝のように豊かな年になりますように



### えび

年をとっても元気でいられますように (腰が曲がりヒゲが長いので)

### 伊達巻き

書物の巻物のように知識が豊富になりますように



### 昆布巻き

よろ「こぶ」! だじゃれみたいです。

### < 1月に使用する加工食品 (一部) >

これ以外で気になるものがありましたら、各校までご連絡ください。

#### ちらしかまぼこ(梅)

魚肉(スケソウダラ)、加工澱粉(タピオカ)、馬鈴薯澱粉、砂糖、発酵調味料、食塩、うらごし人参、トマト色素

#### コーンフレーク(無糖)

コーングリッツ、砂糖、麦芽エキス、食塩、ぶどう糖果糖液糖、ビタミンC、酸化防止剤(ビタミンE)、乳化剤(大豆由来)、ナイアシン、鉄、酸味料、ビタミンB2、ビタミンB1、ビタミンA、ビタミンD

#### ポタージュの素

小麦粉、脱脂粉乳、植物油、ポークエキス、ぶどう糖、ラード、ポテトパウダー、大豆たん白、粉末チーズ、無塩バター、砂糖、食塩、全脂粉乳、コーンパウダー、オニオンパウダー、ミックスパウダー、ミルクベース

#### ラビオリ

(皮)小麦粉、小麦たん白、乳酸、リンゴ酸、リン酸ナトリウム、食塩、食用植物油、加工デンプン、水(具)豚肉、パン粉、玉ねぎ、食塩、ポークエキス、香辛料、酵母エキス

#### バターロール

小麦粉、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イーストフード、ビタミンC、食塩、無塩バター

#### 白菜キムチ

白菜、鯉節エキス、ぶどう糖果糖液糖、食塩、昆布エキス、パプリカ、一味唐辛子、にんにく

#### ポークフィヨン

豚骨(肉付き)、水