



## もぐもぐだより 2月

調理員 小林・山田・箕輪 R4.2.25



今年度も残り約1か月!! 寒さが和らいで、春の気配が漂い始めましたね。充実した園生活が元気に続けられるように、栄養満点おいしい給食を心がけていきます。3月はひなまつりやお別れ会、リクエスト給食など、子ども達が楽しみにしているイベントがたくさんありますよ。どうぞ期待!!

## 季節と食のおはなし

### ひな祭りの行事食

3月3日は「ひな祭り」ですね。別名「桃の節句」と呼ばれる女の子の節句で、雛人形を飾って子どもの健やかな成長と幸せを願う行事です。ひな祭りの行事食として「ちらし寿司」「はまぐりの吸い物」「菱餅」「ひなあられ」があり、それぞれに意味があります。

#### ちらし寿司

先の見通し良くなるレンコン  
腰が曲がるほどの長寿を象徴するエビ  
黄身と白身で金銀の財宝を表す錦糸卵  
など縁起のよい食材が彩りよく使われています。

#### はまぐりの吸い物

はまぐりは二枚貝で対の貝殻しか組み合わないことから、将来、良縁に恵まれ、夫婦円満に暮らせるようにとの願いが込められています。

#### 菱餅・ひなあられ

桃色・白色・緑色のパステルカラーで春の訪れを表しています。桃色は「魔除け」  
白は「清浄」、緑は「健康」の願いが込められています。



## 「いただきます」「ごちそうさま」を大切に!!



「いただきます」という言葉は、作ってくれた人、生産者への感謝、食材そのものの命をいただくことへの感謝の気持ちを表す言葉です。

また、「ごちそうさま」の「馳走(ちそう)」という言葉には、馬を駆って走らせるという意味があります。食事を用意するために走り回り、もてなしてくれたことに対するお礼の言葉が「ごちそうさま」なのです。

たくさんの方がかわり、食卓に食事が並んでいることに感謝の気持ちを表すために「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを毎日しっかり行いましょう。

## クッキー生地★レシピのご紹介

このコロナ渦の時代、お家時間が増えていませんか? おうち時間を楽しむヒントにお子さんとクッキー作りにチャレンジしてみたいかたはどうかでしょうか?

残念ながら2月のクッキー作りができませんでした。楽しみにしていた子どもも多いはず・・・そこで、クッキー生地のレシピを紹介!! お家時間、ぜひ親子でクッキー作りを楽しんでみてください😊

#### 材料(20~25枚分)

- 薄力粉 200g
- 砂糖 80g
- 卵 1個
- バター 100g
- バニラエッセンス 適量

#### 作り方

- ① 砂糖と卵、バターを混ぜ合わせる。
- ② ①に薄力粉を加え、さっくり混ぜ、一まとめにする。
- ③ お好みでバニラエッセンスを加える。
- ④ 生地を好きな形や型で抜き、トッピングもご自由に!! 楽しんで😊
- ⑤ オーブンで160度12~15分で焼き、完成!!

