

1月 13日(金)のこんだて <お正月こんだて・七草こんだて>

ごはん 松風焼き お煮しめ

七草汁 ぎゅうにゅう

一口メモ きょうは、お正月こんだて第2段と、七草こんだてです。

<お正月こんだて>

松風焼き・・・表にはごまや焼き色がついているのに裏には何も無いことから、

「かくしごとがなく正直な様子」をあらわし、今年一年正直に生きていけますようにという願いがこめられています。

お煮しめ・・・金時にんじん・・・色あざやかな赤色が縁起物といわれています。

たけのこ・・・たけのこの成長の早さから縁起物といわれています。

れんこん・・・穴をとおして、将来の見通しがよくなるようにという願いがこめられています。

<七草こんだて>

昔の人は、正月からちょうど7日目めの朝に、「春の七草」を使った「七草がゆ」

を食べました。お正月におせち料理等のごちそうをたくさん食べて疲れぎみの胃腸

をやさしく整えてくれます。給食では「春の七草」から（せり、すずな、すずし

ろ）を使っています。（クラス配布用 一口メモから）

