

給食だより

認定こども園おおやち 10月 栄養士 竹中

すっかり肌寒い季節になりましたね。おでかけしやすいこの時期に、ご家族で秋の食べ物や紅葉を楽しんだり、身体をうごかして過ごしませんか？



日本の行事食～季節の行事、なに食べる？～

日本では、古くからの伝統料理がたくさんあります。地域による違いもありますが、一般的には季節にまつわる行事の時に食べると縁起がいいとされるごちそうが多くあります。またこの行事は1年の節目とされ、人々の健康や発展を祈るため昔から続く大切な伝統です。つぎに挙げる行事の時は、何を食べるでしょう？下の写真から選んでみてください！

★十五夜

旧暦で8月15日の日、これから始まる秋の収穫に感謝する日です。

★端午の節句

5月5日のこどもの日で、男の子の健康と成長を祈り、祝う日です。

★桃の節句

3月3日のひなまつりの日で、女の子が健やかに育つことを祈り、祝う日です。

★人日の節句

1月7日を“じんじつ”の日といい、正月から7日目にその年の無病息災を願ってこれを食べます。



ちまき



鏡もち



七草がゆ



月見だんご



ひなあられ



赤飯



おぞう煮



そうめん

答え・・・十五夜＝月見団子 端午の節句＝ちまき 桃の節句＝ひなあられ 人日の節句＝七草粥