

1月の行事食

おせち料理



おせち料理とはもともとは神様へのお供え物です。元旦から三日間は炊事や台所に入らないという風習から、日持ちのする料理を年末にたくさん作っておき三日間はそれを食べるならわしから来ています。

一の重 (祝肴・口取り)

黒豆・・・健康で真面目(マメ)に暮らす



数の子・・・子宝に恵まれる



田作り・・・豊作の祈りを込める



昆布巻き・・・「よろこんぶ」の意味



金団・・・お金が貯まるように



伊達巻・・・学問、習い事が成就するように



二の重 (焼きもの・酢の物)

鯛・・・「おめでたい」の意味



海老・・・腰が曲がるまで長寿



鱈・・・出世魚なので、出世を祈願して

三の重 (煮物・山の幸)

里芋・・・子沢山・子宝に恵まれるように



れんこん・・・遠くの事を見通すことが出来るように

大根・・・根をはって生きる



ごぼう・・・細く長く生きる



くわい・・・踏まれても、強く生きるように



りんご金団(一の重)

材料 (4人分)

さつまいも(金時)・・・200g
りんご(紅玉)・・・1/2個

【調味料】

砂糖・・・80g
塩・・・小さじ1/4
水・・・1/2
みりん・・・大さじ1

作り方

1. さつまいもの皮は厚くむき、輪切りにしてゆでる。
2. さつまいもが熱いうちに裏ごしをする。
3. 調味料を入れて、照りが出るまで練り上げる。
4. 3が冷めたらイチヨウ切りにしたりんごを加えて、出来上がり。

		献立名	おやつ
4	土	スパゲッティミートソース 果物	おにぎり お茶
6	月	ごはん 豚バラと大根の煮物 中華風スープ 煮豆 果物	七草かゆ お茶
7	火	愛情弁当の日	
8	水	ごはん チキン南蛮 スパサラダ 味噌汁 果物	ヨーグルトパンケーキ ミルク
9	木	ごはん 鱈の照り焼き 紅白なます かき卵汁 果物	あんかけそば お茶
10	金	トースト マカロニシチュー 果物	ちりめんとうかめのおにぎり お茶
11	土	中華丼 果物	お菓子 牛乳
13	月	成人の日	
14	火	ごはん 揚げ魚のおろし大根 筑前煮 味噌汁 果物	ツナとおからのチーズ焼き ミルク
15	水	ごはん 根菜のハンバーグ 付け野菜 玉子スープ 果物	梅ヶ枝餅 麦茶
16	木	ごはん おでん スタミナ納豆 果物	蒸しケーキ ココア
17	金	ごはん 朝鮮雑煮 レバーの甘辛煮 果物	ソフトクッキー 飲むヨーグルト
18	土	焼きそばパン 果物	おにぎり お茶
20	月	ごはん 肉じゃが ほうれん草のピーナッツ和え 果物	フレンチトースト ココア
21	火	ごはん 野菜のかき揚げ ベーコンと白菜のスープ 果物	ままかりいなり お茶
22	水	ごはん 野菜入りつくね 付け野菜 南瓜スープ 果物	ジャガイモ餅 ミルク
23	木	もちつきパーティ	
24	金	ビビンバ わかめスープ 果物	ゴマ団子 ミルク
25	土	ドライカレー 果物	スティックパン 牛乳
27	月	ごはん 鶏肉と大根の胡麻味噌煮 おかか和え スープ 果物	バナナシフォンケーキ ミルクココア
28	火	ごはん 唐揚げ 付け野菜 味噌汁 果物	大豆入りお好み焼き ミルク
29	水	ごはん ほうれん草とチーズの豆乳キッシュ ポイルウインナー コーンスープ 果物	黄粉団子 ミルク
30	木	ごはん 鱈の胡麻味噌焼き 小松菜のサラダ 野菜スープ 果物	スイートポテト ココア
31	金	ビーフカレー ベジタブルサラダ 果物	ミニパン ミルク

12月のパーティ料理

