

しょくいく

# 食育ニュース

R4.1.12(水)



## きょう こんだて 今日の献立

- <sup>ごもく</sup>五目うどん
- もちきんちゃく
- ゆで野菜の甘酢あえ <sup>やさい あます</sup>
- 牛乳 <sup>ぎゅうにゅう</sup>



きのう がつ にち <sup>かがみびら</sup>「鏡開き」でした。 <sup>かがみびら</sup>鏡開きとは、 <sup>しょうがつ</sup>お正月に <sup>そな</sup>お供えしたおもちをわって <sup>た ひ</sup>食べる日です。お供えしたおもちを「切 <sup>き</sup>る」とは言わず、 <sup>い えんぎ</sup>縁起のよい言い方で「開く」と言い、 <sup>かがみびら</sup>「鏡開き」と呼びます。

きょう 今日は、「もちきんちゃく」 <sup>つく</sup>作りました。そのまま <sup>た</sup>食べてもおいしいですが、うどんの <sup>なか い た</sup>中に入れて食べてもおいしいです。しかし、 <sup>つ きけん</sup>おもちはのどに詰まるととても危険です。 <sup>か た</sup>いつもよりたくさん噛んで食べましょう。

