

1月のおすすめメニュー(小学校31日・中学校11日) ☆三

- ・牛乳 ・さけわかめごはん
- ・いりどり ・磯香あえ
- ・おしるこ

1月11日は鏡開きでした。鏡開きは、年神様にお供えした餅をいただくことで年神様の力をいただき、一年間の無病息災を願う伝統行事です。給食でも「今年もみなさんが元気にすごせますように」との願いを込めておしるこを作りました。給食ではお供えした餅の代わりに白玉団子を使用しました。



「おしるこ」 (4人分)

【材料】

小豆	100g
水	3 カップ
砂糖	80g
塩	少々
白玉団子	200g
(餅でもよい)	

レシピを紹介!

(作り方)

- ① 小豆をやわらかくなるまで煮る。
- ② 砂糖を3回に分けて加えながら弱火で煮る。
- ③ 塩を加えて味を調える。
- ④ 白玉を茹で、③に加える。
(餅の場合は焼いてもおいしい!)

小豆には「魔よけ」の意味もあるんだって。温かいおしるこを食べて今年も元気にすごそう!

