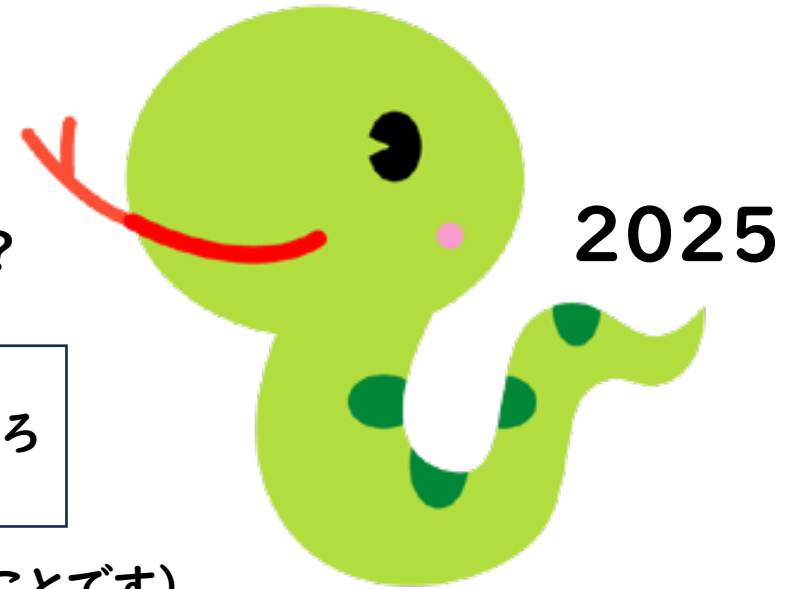


あけましておめでとうございます！

きょうは、2025<sup>ねん</sup>年 <sup>さいしよ</sup>さいしよの <sup>きゅうしょく</sup>給食 です。

とつぜんですが、みなさんは、「春<sup>はる</sup>の七草<sup>ななくさ</sup>」を <sup>い</sup>言えますか？



せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ

が <sup>せい</sup>正 かいです。(すずなは、かぶ すずしろは、だいこん のことです)

<sup>ななくさ</sup>七草 がゆには、お <sup>しょうがつ</sup>正月 の <sup>た</sup>食 べすぎた <sup>い</sup>胃 にやさしい <sup>りょうり</sup>料理、といわれていますが、<sup>じゃき</sup>邪気 (わるいもの) を

はらい、<sup>むびょうそくさい</sup>無病 息災 ( <sup>びょうき</sup>病気 にならず <sup>けんこう</sup>健康 にすごすこと) をいのって、むかしから <sup>た</sup>食 べられていたそうです。

<sup>ななくさ</sup>七草 がゆは、「<sup>ななくさ</sup>七草 の <sup>ひ</sup>日 」といわれている1月7日 に <sup>がつなのか</sup>食 べられていますが、

きのうは <sup>きゅうしょく</sup>給食 がなかったので、きょう <sup>つく</sup>作 りました。

おかゆの <sup>うえ</sup>上 に、おかかふりかけをかけて、<sup>た</sup>食 べてください。

ことしも、<sup>にがて</sup>苦手 な <sup>た</sup>食 べ物 に <sup>もの</sup>一口 はチャレンジして、しっかりえいようをとって、<sup>げんき</sup>元気 にすごしてください

いね。

ことしも、よろしくおねがいします！

きゅうしょくしつより