



12 がつ こんだてよていひょう



●きゅうしょくもくひょう●

2023ねん かつたとくべつしえんがっこう

しょくじやぶんかについてしろう

月	火	水	木	金
今月の給食に、高等部農業班が丹精込めて育てた大根・さつまいもが使用されます。 給食室へ納品する野菜は、きれいに洗浄された状態で納品され、丁寧な仕事ぶりに毎回感謝しています！ 楽しみにしていてください！		冬休み明けの1月9日（火） ごはん 牛乳 いなだの味噌漬け 七福なます 白玉雑煮 紅白ゼリー 上記のメニューを予定しております。		ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしちみやり わかめのかんこくふうあえもの さつまいものみそしる
4	5	6	7	8
ちゅうかどん (ごはん) (どんぶりぐ) ぎゅうにゅう ちゅうかあえ	ごはん なっとう ぎゅうにゅう いそかあえ にくじゃが	タンメン (ちゅうかめん) (ラーメンスープ) アシドミルク ナムル	ハチミツパン ぎゅうにゅう チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ ミネストローネ	ちゃめし ぎゅうにゅう ササミとはるさめサラダ おでん
11	12	13	14	15
ふりかえきゅうぎょうび	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがいため そくせきづけ なめこのみそしる	にくうどん (ソフトめん) (うどんしる) ぎゅうにゅう にんじんむしパン	ぶどうパン ぎゅうにゅう ツナサラダ さといものクリームシチュー	ごはん ぎゅうにゅう しろみぎかなのふりったー じゃこあえ けんちんじる
18	19	20	21	22
チキンカレーライス (おぎごはん) (カレールー) ぎゅうにゅう かいそうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう さばさんしょうやき きりばしだいこんのもの とうふともやしのみそしる	わかめうどん (ソフトめん) (うどんしる) アシドミルク ゆずかあえ	ミルクパン ぎゅうにゅう チキンてりやきパティ ひじきのマリネ ジュリエンスープ	🎄 クリスマスマネー 🎄 コーンピラフ アシドミルク もみのきハンバーグトマトソース クリスマスサラダ ベジタブルスープ クリスマスケーキ

日本の食文化、行事食

日本には四季があり、季節ごとの行事やお祝いの時に食べる特別な料理を「行事食」と言います。行事食には家族の幸せや健康を願う意味が込められています。



12月22日は冬至



冬至とは、1年でいちばん昼が短く、夜がいちばん長い日のことです。

この日に**かぼちゃ**を食べ、**ゆず湯**に入る習慣があります。冬至にかぼちゃを食べるのは、かぼちゃの中に**かぜ**などの病気に負けない力をつけてくれる**ビタミンA**や**ビタミンC**が多く含まれているためです。さらにゆず湯に入るのは、寒い冬にかぜをひかないようにしようとする昔の人の知恵です。



12月31日は大晦日



12月31日の晩、年越し前に食べる「**年越しそば**」は、江戸時代には定着した日本の文化であり、行事食のひとつです。

そばは他の麺類よりも切れやすいことから「今年一年の災厄を断ち切る」という意味が込められています。



1月1日は正月



おせち料理は正月三が日に食べる特別な行事食で、それぞれの料理に縁起を担いだ由来があるのが特徴です。おせち料理の基本は、**祝い肴**（三つ肴、口取り）、煮しめ、酢の物、焼き物です。地域によって構成は様々ですが、**関東の三つ肴は黒豆、数の子、ごまめ**（田作り）の三種になっています。

物資の都合により、献立が変更になる場合があります。