

給食だより 12月

令和5年11月30日
 北区立岩淵小学校
 校長 野尻 史子
 栄養士 小河 春那

今年も残りわずかとなりました。12月は冬至やもちつき、大みそかなど、昔から伝わる行事がたくさんあります。かぜやインフルエンザなどの感染症にかかりやすい時期でもあるので、しっかりと予防をして行事を迎えましょう。

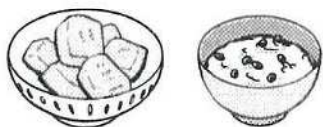
昔から伝わる行事を大切にしよう

冬至

冬至は、一年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に昼間が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられています。かぼちゃや小豆がゆを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。

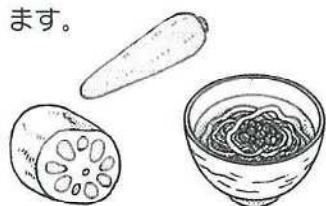
かぼちゃ・小豆がゆ

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないなどといわれています。小豆がゆの小豆は、赤い色が邪気をはらうとされています。



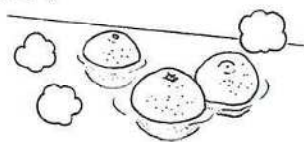
「ん」のつく食品

れんこん、にんじん、うどんなど、「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるといい伝えがあります。



ゆず湯

ゆずを浮かべた風呂に入ると、かぜをひかないといわれています。ゆずには、血行をよくする効果があります。



もちつき

正月に欠かせないもち(鏡もちなど)を年末につく行事です。蒸したもち米を、きねとうすでついてつくりまします。12月25日から28日までに行うところが多いようです。29日につくのは「苦もち」、31日につくのは「一夜もち」として避けられています。



大みそか

みそか(晦日、三十日)は、月の最終日を指します。大みそかは、一年の最後の月の最終日であるため、大みそかといわれています。大みそかの夜に食べる年越しそばには、細く長い形から長寿を願う説や、金細工師が金粉を集めるためにそば粉を使ったことから、金運を願う説などがあります。



～音楽会応援献立のご紹介～



12月8日・9日の音楽会に向けて、毎日一生懸命練習している音が職員室まで聞こえてきて本番がとても楽しみです。給食では音楽会応援メニューで各学年の音楽に合わせた献立を考えました。給食室より心をこめてお届けします。

日	学年・曲名	献立
1日 (金)	1年生 きらきらぼし  2年生 スイミー 	お星様キラキラポンチ 星型のナタデココが入ったフルーツポンチです。 スイミージャムパン 食パンにジャムで赤い魚とレーズンでスイミーを作ります。
4日 (月)	3年生 いのちのまつり 	トウンジージュシー 沖縄の物語の歌なので、沖縄料理にしました。冬に食べる里芋入りの炊き込みご飯です。他にも沖縄のチャンプルーやもずくのスープを出します。
5日 (火)	4年生 アイ・ガット・リズム 	ベニエ ジャズの発祥の地、アメリカのニューオーリンズの名物の揚げパンみたいなドーナツです。粉砂糖がかかっています。甘くておいしいです。また、ジャンバラヤやマックシューなどアメリカ料理で合わせました。
6日 (水)	5年生 コロブチカ(テトリス) 	テトリスクッキー テトリスのブロックの形がクッキーになって登場します。いろいろな形があるので、どれになるかはお楽しみに♪
7日 (木)	6年生 八木節 	ポテト入り焼きそば 八木節は栃木県や群馬県で愛されている音楽です。栃木県で有名なポテト入り焼きそばとかんぴょうの卵とじ汁、群馬県で多く生産されるこんにやくを使った副菜を出します。
8日 (金)	音楽会 	鱈のマスタード焼き・キャベツのミソサラダ・シラ玉すまし汁 献立の中に音名(ドレミファソラシド)が何個か隠れています。探してみてください♪

※12月9日(土)は給食はありません。