

季節のメニューのご紹介



11月 文化の日

11月5日(水)の給食は、文化の日に^{ちな}因んだメニューが提供されました。

- ・ごはん
- ・菊花団子
- ・拌三絲
- ・中華風コーンスープ
- ・牛乳

《栄養士から》

11月3日は「文化の日」です。文化の日は自由と平和を愛し、文化をすすめる日と言われています。文化の日は日本国憲法が公布された日です。日本国憲法が「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを基調としていることから、この祝日を「文化の日」といいます。菊花団子は肉団子のまわりに、もち米をつけて蒸しました。黄色にはカレー粉を使っています。

12月 冬至に寄せて

12月22日(月)の給食でした。

- ・ほうとう
- ・キャベツのゆずソースかけ
- ・ココアケーキ
- ・牛乳

ほうとうにはカボチャが、キャベツのソースには柚子が使った、季節のメニューでした。



《栄養士から》

12月22日は「冬至(とうじ)」です。冬至の日は、かぼちゃを食べて、ゆず湯に入ります。昔、野菜が少なかった冬に、風邪をひきやすい冬を元気に過ごせるようにと、かぼちゃを食べて栄養補給していたことが始まりです。また、ゆず湯に入るのは、風邪予防として皮膚を強くするためです。今日のドレッシングには、ゆずの果汁が入っています。

子供たちのために、季節を考えながら栄養のある給食を考えている栄養士、安全に配慮しながらつくっている調理師の皆さんに感謝しています。

明日から冬季休業日になりますが、健康で安全に年越しできることを願っております。よいお年をお迎えください。