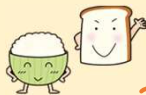


# ★ 給食ブログ ★



2023年12月18日(月)



## きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- 冬至うどん
- 魚と豆腐のふわふわボール
- ゆずポン和え
- さかなふりかけ



## < 給食ニュース >



今年の12月22日は、1年でもっとも太陽が出ている時間が短くなる「冬至」です。冬至の日には、栄養豊富で長く保存ができる「かぼちゃ」を食べたり、「ん」のつく食べ物を食べたりする習慣があります。かぼちゃは、風邪を引きにくくしてくれて、「ん」のつく食べ物は食べると幸運になるといわれているそうです。また、ゆず湯に入る習慣もあります。今日の給食の「冬至うどん」は、「ん」のつくものづくしでした。にんじん、だいこん、なんきん(かぼちゃ)、うどん(「うどん」と表現されることもあります)の4つが入っていました。そして、和え物はゆず湯にちなんで「ゆずポン和え」でした。みなさんが健康に過ごせるようお願いをこめた冬至献立、おいしそうに食べてくれました。