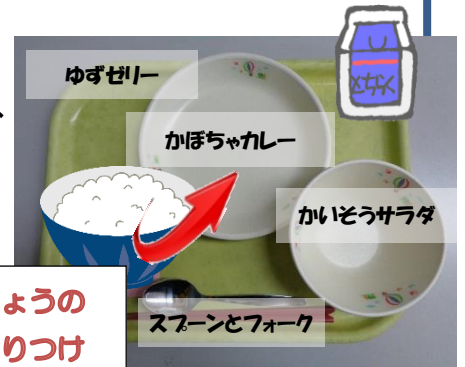


きょう きゅうしょくひとくち 12/21(月)今日の給食一口メモ

きょう 今日のはとくちメモは、とうじ「冬至」についてです。

12月21日の今日は冬至です。冬至とは、一年中でもっとも昼の時間が短い日です。やがてくる寒さに備えて、栄養のある「かぼちゃ」を食べて、健康を願ったり、ゆずを浮かべたお風呂に入って、体をあたためたりする習慣があります。冬至にかぼちゃを食べると、「病気にかからない」、「風邪にかかりにくくなる」などと、いわれています。ビタミン類を多く含むかぼちゃを食べることによって、元気に過ごせるようにという願いがこめられています。

きょう 今日、かぼちゃカレーと、学校ではゆず湯に入れないので、ゆずゼリーにしました。



きょうのもりつけ

きょう きゅうしょくひとくち 12/22(火)今日の給食一口メモ

きょう 今日のはとくちメモは、「ちゃんぽんめん」についてです。

ちゃんぽんは、豚肉・魚介類・野菜を具とした日本の郷土料理です。

ながさき めんりょうり ゆうめい いろいろのもの ま ま 長崎の麺料理が有名です。ちゃんぽんのいわれは、色々な物を混ぜること、または混ぜたものをいいます。沖縄のチャンプルーと関連があるともいわれています。ちゃんぽんの作り方は、肉、魚介類、野菜などたくさんの具材を油で炒め、豚骨と鶏がらでとったスープで味を調えます。そこにちゃんぽん用の麺を入れて煮立たせたら出来上がりです。太い麺と、具材の多さが特徴です。

きゅうしょく 給食のちゃんぽんめんもたくさんの食品が入っていますね。

きょう 今日はいくつ入っているか数えてみましょう！



きょうのもりつけ