

12月21日(木)

今日の給食は ごはん ツナ入り卵焼き ふろふき大根ゆず味噌風味 かぼちゃのすまし汁 牛乳です。



明日12/22は冬至です。冬至というのは昼の長さが一番短くなる日のことです。

冬至を過ぎると昼の時間が少しずつ長くなりますが、寒さの本番はこれからなので昔から栄養が豊富で長期間保存がきくかぼちゃを食べて元気に冬を乗り切ろうという習慣が日本にはあります。

【今日のクイズ】

併 小学校ホームページ<給食室から>に載っています。



冬至の日には昔から、風呂に「ある物」を入れて入る習慣があります。それは何でしょうか。ヒントは今日の献立にも使われています。



答えは「ゆず」です。ゆずの強い香りが邪気を払い健康になると伝えられて始まったと言われています。