

～えびす講(12/1 献立)～

えびす講は、漁業や商売繁盛の神様である恵比寿様が稼ぎに出かける春と戻ってくる秋の2回、恵比寿様をねぎらう行事です。秋のえびす講では、地元で採れた大根などの野菜を供えます。大根の中でも足のように先が2本に分かれている二股大根は縁起が良いとされ、供えるところが多かったそうです。給食では、行事食として大根をたっぷり使用した「みそけんちん汁」を出します。



～冬至(12/20 献立)～

冬至(12月22日)は、一年で最も夜が長く、昼が短くなる日です。この日を境に、日が再び長くなっていくため、昔の人は太陽の力がよみがえる神秘的な日としていました。また、「一陽来復」といって陰と陽の力が交替し、陽の気が上がる節目の日ともされ、日本ではこの日に「運盛り」として、「ん」が2つつく「かぼちゃ(なんきん)」や「にんじん」、一年溜まった砂(体に害のある物)を体の外に出す、「すす払い」の意味もある「こんにゃく」を食べたり、ゆず湯に入ったりします。給食では、ゆずを使用した「赤魚の柚庵焼き」やかぼちゃ、にんじん、こんにゃくを使用した「冬至汁」を出します。



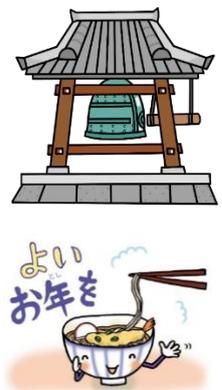
～クリスマス(12/21 献立)～

クリスマス(12月25日)はキリスト教の行事で、イエス・キリストの誕生日とされ、家族みんなでお祈りし、特別な料理を食べたりプレゼントを渡したりして過ごします。クリスマスの色と言えば、赤・緑・そして白や金です。「赤」はキリスト教のシンボルカラーでキリストの「愛」を、「緑」はツリーの常緑樹から「永遠」を、雪の「白」は「純潔」を、星の「金」は「希望」を象徴しています。給食では、クリスマスカラーを使用したり、クリスマスデザートを出します。



～年取り(12/22 献立)～

大晦日の夜に行う年越しの行事を総称して「年取り」といいます。年取りの行事食の代表は「年越しそば」です。長生きができるように(そばのように細く長く過ごせるように)、今年の不運を切り捨て、来年を幸運で迎えられるように(おそばは切れやすいため、今年の苦労や不運をきれいに切り捨て、新しい年を迎えるため)などの意味を込め、年取りの行事食として多くの地域で年越しそばが食べられます。また、旧暦では日没と共に1日が始まるとされていたため、正月を迎えるための料理として「おせち料理」も年取りの行事食として食べられます。よい年が迎えられるように、一足先におせち料理を食べましょう。給食では、年取り魚として食べられる「サケ」や、見通しがきくようにと意味が込められた「れんこん」を出します。



地域の食材を知ろう 『白菜』



雪が降る前に収穫し、むしろをひいてその上に白菜を逆さに置き、むしろを上からかぶせ保存することで3月頃まで食べられます。



🔦 まめ知識

☆スーパーなどでカットされた白菜をよく見かけますが、カットしたあとも中心部分は成長します。芯の周辺が盛り上がっていない、新鮮なものを選びましょう。  
☆白菜の水分は95%以上。しかし、様々なビタミン、ミネラルを含んでいます。