

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月1日(木)の献立】

牛乳 ごはん ビビンバの肉炒め ビビンバの野菜ナムル
豆あじの唐揚げ ビーフンサラダ



今日の主食は、ビビンバです。ビビンバというと、熱した石でできた容器の中でごはん^{ぐざい}と具材^{いしやき}を混ぜる石焼ビビンバ^うを思い浮かべる人もいます。実は、石焼ビビンバは、日本在住の韓国出身の方がお店で考え出したものだそうです。ごはん^{ぐざい}にビビンバの肉炒め^{にくいた}と野菜ナムル^{やさい}をのせて、よく混ぜて食べてください。ビビンバは、ごはん^{ぐざい}と具材^{いしやき}をよく混ぜて食べるのが正式な食べ方です。本来の発音^{はつおん}としては、「ピビンパプ」が近く、「ピビン」は「混ぜる」という意味です。

さて、今日は「ピビンパプ」に関するクイズです。

クイズ：「ピビンパプ」の「パプ」とはどういう意味でしょうか。

<1> コチュジャン

<2> ナムル

<3> ごはん

今日のクイズの答え・・・<3>ごはんでした。「ピビンパプ」は日本語で直訳すると「混ぜ

ごはん」です。ちなみに、ごはんの上に載せる具材は本来5種類だそうです。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月2日(金)の献立】

野菜ジュース ごはん さばのカレー^や焼き お肉とごぼうの^{いた}みそ炒め
だいこん^{だいこん} 大根サラダ キャラメルポテト



今日の主^{しゅ}菜^{さい}のさばのカレー^こ焼きは、カレー粉、酒、おろししょうが、みじん切りのたまねぎ、しょうゆを合わせ、さばを^つ漬^こけ込んでおいたものを焼いています。さば^{どくとく}独特^{ふうみ}の風味をカレー粉、しょうが、たまねぎが^{やわ}和^わらげてくれます。

副^{ふく}菜^{さい}のキャラメルポテトは、素^す揚げ^あしたさつまいもに、バター、牛乳、^{さとう}砂糖、塩で作ったミルクキャラメル^{ふう}風のソースをかけています。ミルクキャラメルを作る時には、水あめなども加えて^に煮^つ詰め、^ひ冷^{かた}やし固めて作ります。今日はさつまいもとからめて食べるのでソースは煮詰めていません。

さて、今日はミルクキャラメルに関するクイズです。

クイズ：ミルクキャラメルは、どこの国^{はっしょう}発祥^{はっしょう}の料理でしょうか。

<1> ポルトガル

<2> 日本

<3> フランス

今日のクイズの答え・・・<2>日本でした。ミルクキャラメルは、明治時代に日本の大手菓^{おおてか}

子^しメーカーの創^{そう}始^し者^{しや}の方が考えたお菓子で、大人用の高級^{こうきゅう}なお菓子だったそうです。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月5日(月)の献立】

牛乳 ごはん みそチキンカツ ミニトマト

白菜のおかか^あ和え 春雨^{はるさめ}の炒め物^{いたもの}



今日の主菜^{しゅさい}のみそチキンカツは、愛知県^{あいちけん}の郷土料理^{きょうどりょうり}「みそカツ」を元に考えた料理です。みそだれには、愛知県の特産品^{とくさんひん}である「八丁みそ^{はちちょう}」と呼ばれる「豆みそ^{まめ}」を使用しています。豆みそは、愛知県^{みえけん}の他、三重県^{ぎふけん}や岐阜県で主に生産されていて、その中でも愛知県の生産量が最も多いです。

豆みそは、色が暗め^{どくとく}で独特^{しぶ}の渋みとうま味があるみそです。豆みそを使った料理には、「赤だし^{あか}のみそ汁^{しる}」や「みそ煮込みうどん^{にこ}」などがあります。

さて、今日はみそに関するクイズです。

クイズ：主に九州地方を中心とし、四国、中国地方などでも多く生産されているみそはどのみそでしょうか。

<1> 米^{こめ}みそ

<2> 麦^{むぎ}みそ

<3> 合わせ^あみそ

今日のクイズの答え・・・<2>麦みそでした。九州地方では、米よりも麦の生産が盛ん^{さか}だった

ため、麦^{こうじ}を麴にした麦みそが多く生産されるようになったそうです。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月6日(火)の献立】

牛乳 ごはん ^{とり}鶏^あいもの^に揚げ煮

^{こまつな}小松菜の^{しょうゆいた}バター醤油炒め ^あキャベツのゆかり和え



今日の主菜の^{しゅさい}鶏^{とり}いもの^あ揚げ煮^には、^{とり}鶏肉^{から}の唐揚げ^あとじゃがいも^すを素揚げ

したものを^{さとう}しょうゆ、^{ちようみりよう}砂糖などの調味料、たまねぎ、にんじんなどの野菜と合

わせ、^{にものふう}煮物風^しに仕上げました。じゃがいものように加熱するとやわらかくなる

材料は、一度油で^あ揚げておく^あとくずれにくくなり、調理がしやすいです。

^{ふくさい}副菜の^{こまつな}小松菜の^{しょうゆいた}バター醤油炒めは、^{こまつな}小松菜の他にベーコン、ちりめんじゃ

こ、エリンギ、^{いた}コーンを炒めて、^{あじつ}バター、しょうゆで味付けしました。

さて、今日は小松菜の^{しょうゆいた}バター醤油炒めに関するクイズです。

クイズ：今日の^{いた}ような炒め物を作る時、バターやしょうゆを加えるタイミングは
いつがよいでしょうか。

<1> 一番最初に入れる

<2> 野菜を加えるときに入れる

<3> ^{ちよくぜん}仕上がる直前に加える

今日のクイズの答え・・・<3>仕上がる直前に加えるでした。バターやしょうゆ、ごま油な

^{ふうみ}ど香りや風味を残したいときは仕上がる直前に加えるとよいです。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月7日(水)の献立】

牛乳 ^{くろざとう}黒砂糖パン チーズオムレツ

さつまいものオレンジジュース煮 ^に ^{はくさい}白菜と^{とりにく}鶏肉の^にクリーム煮

カレーヴィルスト



今日の主菜は^{しゅさい}チーズの入ったオムレツです。「オムレツ」は、フランスで^{たんじょう}誕生したとされています。元々、フランスでは「オムレット」と呼ばれていましたが、日本に伝わり、いつしか「オムレツ」と呼ばれるようになりました。フランス語の「オムレット」は「^{けん}剣」を意味するギリシャ語に^{ゆらい}由来します。オムレツの形が、剣の形に似ていることからこの名前がついたそうです。

さて、今日はオムレツに関するクイズです。

クイズ：オムレツを作る時のコツとして正しいものはどれでしょうか。

<1> フライパンは大きめのものを使用する

<2> 中火で手早く加熱する

<3> 弱火で時間をかけてじっくりと加熱する

今日のクイズの答え・・・<2>中火で手早く加熱するでした。フライパンは小さめのものを使用すると、作りやすいです。水でぬらしたふきんを用意しておき、^{とちゅう}途中フライパンの^{ていめん}底面を冷やして温度を調節することで、こがさずに作ることができます。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月8日(木)の献立】

牛乳 ジャコベー菜飯 肉団子と里芋のそばろあん

海藻サラダ 白玉ぜんざい



今日12月8日は、「^{ことはじ}お事始め」です。お事始めには、「^{ことじる}お事汁」と呼ばれる
^{ふうしゅう}みそ汁を食べる風習があります。残念ながらランチボックスの給食では、^{しる}汁
^{もの}物の提供ができませんのでお事汁に使用する^{あずき}いも、こんにゃく、小豆、にんじ
ん、大根を使用した料理にしました。

^{ことはじ}お事始めは、^{しょうがつ}お正月の準備を始める日です。「^{はら}すす払い」といって、^{おくない}屋内の
^{はら}すすや^{きよ}ほこりを払い清めて、^{おおそうじ}大掃除をします。13日に行く^{みな}地方もあります。皆
さんの家庭でも年末に大掃除をして、お正月を^{むか}迎える準備をしますね。

さて、今日は^{ことじる}お事汁に関するクイズです。

クイズ：次のうち、お事汁に使用している「いも」はどれでしょう。

<1> ^{さと}里いも

<2> さつまいも

<3> じゃがいも

今日のクイズの答え・・・<1>里いもでした。日本で昔から食べられてきた里いもは、^{しゅうかく}収穫

^{かんしゃ}の感謝や^{よくとし}翌年の^{ほうさく}豊作を願って、お供えにしたり、行事の際に食べたりしてきました。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月9日(金)の献立】

牛乳 ごはん ^{とりにく か や てづく} 鶏肉の変わりみそ焼き 手作りなめたけ

^{にくやさいた} 肉野菜炒め ^{きりぼしだいこん} 切干大根とじゃこの^{ず あ}ごま酢和え



今日の主菜の^{しゅさい}鶏肉の変わりみそ焼きは、にんにく、トウバンジャンを加えた合わせみそで^{したあじ}下味をつけています。学校給食センターに^よ寄せられた生徒の^{みな}皆さんの感想の中でも、リクエストが多い料理の一つです。

副菜の^{ふくさい}切干大根と^{きりぼしだいこん}じゃこの^{ず あ}ごま酢和えは、切干大根、わかめ、きゅうりをゆでて、ちりめんじゃこ、白すりごま、^す塩、酢、^{さとう}しょうゆ、砂糖を加えて味つけしました。今日使用した切干大根は、小平市内農家の^{あさみ}浅見さんが作ったものです。ご自身の畑で作った大根を専用の^{かんそうき}乾燥機にかけて加工しています。

さて、今日は切干大根に関するクイズです。

クイズ：切干大根はいつ頃から日本で作られていたでしょうか。

<1> ^{へいあん} 平安時代

<2> ^{えど} 江戸時代

<3> ^{しょうわ} 昭和時代

今日のクイズの答え・・・<2>江戸時代でした。江戸時代になって、大根の生産量が増え、

^{ひんしゅかいりょう} 品種改良が進み、^{ぼぞんしよく} 保存食として漬物や^{つけもの} 切干大根が作られるようになったそうです。

ランチタイムズ

【12月12日(月)の献立】

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



牛乳 ごはん マーボードウフ 麻婆豆腐 バンバンジー

さつま揚げ^あとうずら^{たまご}卵^{にもの}の煮物



今日の副菜^{ふくさい}のバンバンジーは、きゅうり、もやし、にんじん、鶏のささみとオリジナルのたれを合わせています。たれは、しょうゆ、米酢^{こめず}、ごま油^{あぶら}、ラー油、ねりごまで作っています。バンバンジーは日本でも家庭料理の一つになっていますが、元々は中国の四川料理^{しせんりょうり}です。ゆでた鶏肉^{ぼう}を棒でたたいてから、細かくほぐすのが本来の作り方です。

さつま揚げ^あボールとうずら^{たまご}卵^{にもの}の煮物は、かつおだしに酒、砂糖^{さとう}、みりん、しょうゆ^{しお}、塩^{にふく}でじっくりと煮含めました。

さて、今日はさつま揚げボールに関するクイズです。

クイズ：次のうち、さつま揚げボールの主な原料はどれでしょうか。

<1> 魚のすりみ

<2> 豆腐^{とうふ}

<3> 鶏肉^{とりにく}

今日のクイズの答え・・・<1>魚のすり身でした。スケソウダラなどの白身^{しろみ}の魚をすり身に

したもの^ねに塩^{ころも}などを加えて練り、衣^{すあ}をつけずに素揚げして作ります。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月13日(火)の献立】

牛乳 シンガポールライス あ ^{はるま} 揚げ春巻き えびとブロッコリーの炒め物 ^{いた もの}
^{はるさめ} 春雨のエスニック風 ^{ふう} サラダ フルーツミックス



今日の主食のシンガポールライスは、鶏肉のゆで汁と鶏肉を加えて炊いたシンガポールのチキンライスです。日本で「チキンライス」というとケチャップ味のごはん料理もありますが、それとは違う料理になります。元々は、中国の海南島 ^{ハイナンとう} の農家などで家庭料理として食べていた料理で、シンガポールやタイなどの東南アジア ^{いじゅう} に移住した人たちが各地に伝えたそうです。その後、東南アジアの各国でその土地にあったチキンライスに変化していきました。日本でも、簡単に家庭で作る調理キット ^{はんばい} が販売されています。

さて、今日はシンガポールに関するクイズです。

クイズ：シンガポールにある世界的に有名なものはどれでしょうか。

<1> 自由の女神

<2> 真実の口

<3> マーライオン

今日のクイズの答え・・・<3>マーライオンでした。マーライオンは、上半身がライオン、下半身は魚の像です。自由の女神はアメリカ、真実の口はイタリアにありますね。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月14日(水)の献立】

ミルクコーヒー まる丸パン しろみさかな白身魚フライ

こほうそう個包装ノンエッグタルタルソース いたキャベツ炒め

ほうれんそうほうれん草ととり鶏ささみのサラダ ジャーマンポテト



今日の主食の丸パンには、横に切れ目が入れてあります。しろみさかな白身魚フライと
いたキャベツ炒めをお好みではさんで食べてください。今日の給食では、卵を使用していないタルタルソースを添えています。本来のタルタルソースは、マヨネーズに、玉ねぎやパセリなどの香味野菜、こうみやさいピクルス、ゆで卵といった材料をみじん切りにして混ぜ合わせたソースのことを言います。タルタルは、フランス語で「いこくふう異国風の」という意味だそうです。

さて、今日は白身魚フライに使用した「ホキ」に関するクイズです。

クイズ：次のうち、ホキに関して正しいものはどれでしょうか。

<1> 日本近海でと獲れる

<2> 体長は20cm程度の小さな魚である

<3> しんかい深海に住んでいる

今日のクイズの答え・・・<3>深海に住んでいるでした。ホキはニュージーランドなどでと

れ、体長は1mにもなる大きな魚です。白身で揚げ物に向いている魚です。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月15日(木)の献立】

牛乳 ごはん かしわのひきづり いかの^{たつたあ}竜田揚げ

^{こまつな}小松菜とちくわのごま和え



今日の主菜の「かしわのひきづり」は、^{あいちけん}愛知県の^{きょうどりようり}郷土料理です。愛知県では、江戸時代後期から^{ようけい}養鶏が^{さか}盛んだったこともあり、^{にわとり}鶏を飼っている家も多かったそうです。「かしわのひきづり」は鶏肉の^{なべ}すき焼きで、すき焼き鍋の中で鶏肉を引きずるようにして焼くことから名前がついたとされています。やり残したものの、引きずってきたものをその年のうちにしっかり片付けて新年を^{むか}迎えようということで、^{おおみそか}大晦日に「ひきずり」を食べることが多いそうです。

さて、今日は鶏肉に関するクイズです。

クイズ：次のうち、鶏肉を使った料理はどれでしょうか。

<1> がめ煮^{に ちくぜん に}(筑前煮)

<2> ちゃんちゃん焼き

<3> ゴーヤチャンプルー

今日のクイズの答え・・・<1>がめ煮^{に ちくぜん に}(筑前煮)でした。がめ煮(筑前煮)は、鶏肉と^{こんさい}根菜

を煮込んだ^{に こ}福岡県の^{ふくおかけん}郷土料理です。ちゃんちゃん焼きは、^{さけ}鮭を使った^{きょうどりようり}北海道の郷土料理、

ゴーヤチャンプルーは、^{とうふ}豚肉と^{いた}ゴーヤ、豆腐などを炒めた^{沖縄県}沖縄県の郷土料理です。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月16日(金)の献立】

牛乳 そぼろ野菜ごはん はんぺんチーズフライ まっちゃ まめ 抹茶の豆あられ

うめ 梅おかかサラダ にんじんとえのきのきんぴら炒め



今日のそぼろ野菜ごはんは、豚ひき肉とたまねぎなどの野菜を炒めて、ごはん、塩、しょうゆ、こしょうなどの調味料と合わせた混ぜごはんです。

抹茶の豆あられは、水と砂糖を合わせて加熱したところに、炒り大豆を加えてよく炒め、抹茶を加えて作ります。同じお茶でも、緑茶として飲んでいる煎茶と抹茶は、栽培方法と製造方法が違います。抹茶は、直射日光が当たらないように育てた茶葉を収穫して、蒸し、もまずに乾燥させて粉末状にします。抹茶は、渋みが少なく、旨味や甘味が強いお茶です。

さて、今日は抹茶に関するクイズです。

クイズ：次のうち、抹茶を細かく粉末状にする道具はどれでしょうか。

<1> すり鉢

<2> ふるい

<3> 石臼

今日のクイズの答え・・・<3>石臼でした。すり鉢は、食べ物をすりつぶし、混ぜる器で

す。ふるいは、粉や砂などの細かいものを網目を通して落とし、より分ける道具です。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月19日(月)の献立】

牛乳 ちゃめし さけ 鮭のチャンチャン焼き

あまから 甘辛じゃがいも あおな 青菜のツナ和え



今日の主菜の鮭のちゃんちゃん焼きは、北海道石狩地方の郷土料理です。秋から冬にかけて獲れる鮭と旬の野菜を蒸し焼きにして、みそで味付けた料理です。船の上で漁師たちが釣った鮭をドラム缶からつくった鉄板で焼いて食べたのが始まりと言われています。「ちゃんちゃん焼き」という名前は、「ちゃっちゃと作れるから」、「焼くときに鉄板とへらがチャンチャンという音を立てるから」など、さまざまな由来が伝えられています。

さて、今日は鮭に関するクイズです。

クイズ：鮭は海で回遊した後、生まれた川に帰ってきますが、出発してから何年で帰ってくるでしょうか。

<1> 1年以内

<2> 3～5年

<3> 8～10年

今日のクイズの答え・・・<2>3～5年でした。生まれた川を出発した鮭は北の海でエサを

食べて大きくなり、3～5年後の秋に生まれた川に戻って産卵します。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月20日(火)の献立】

牛乳 うず^ま巻きパン 小平産里芋^{こだいさんさといも}コロッケ 個包装中濃^{こほうそうちゅうのう}ソース
人参^{にんじん}シリシリ ビーンズサラダ こんにゃくゼリーポンチ



今日の主菜^{しゅさい}のコロッケは、小平市内でとれた里芋^{さといも}の親芋^{おやいも}を使ったコロッケです。里芋は、土の中に種芋^{たねいも}を埋めて作ります。種芋から最初に芽^めが出た部分は大きく成長し「親芋^{おやいも}」となります。親芋から上に出た芽は地上に伸びて太い茎^{くき}となって葉をつけていき、土の中では親芋から横に連なるように子芋^{こいも}、孫芋^{まごいも}ができます。通常、お店に出回っている小さいサイズの里芋は子芋と孫芋です。里芋の種類によって、親芋^{かた}は硬さが異なるので、食べられずに廃棄^{はいき}されてしまうこともあります。

さて、今日は里芋に関するクイズです。

クイズ： 次のうち、里芋に関して正しいものはどれでしょうか。

<1> 寒さに弱く、北海道では生産されていない

<2> 根の部分を食べている

<3> 白い花が咲く

今日のクイズの答え・・・<1>寒さに弱く、北海道では生産されていないでした。里芋は地

下に伸びた茎^のの部分を食べています。花は黄色く、日本ではほとんど咲かないそうです。

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月21日(水)の献立】

牛乳 ごはん いわしの香り揚げ 白菜のゆず和え

生揚げと野菜のみそ炒め かぼちゃ蒸しパン



明日、12月22日は冬至です。冬至には、体が温まるゆず湯に入り、栄養が豊富なかぼちゃを食べる風習があります。

今日の給食では、白菜の和え物にゆずの皮と果汁を使用し、蒸しパンにはかぼちゃを使用しました。現在は、ハウス栽培や冷蔵・冷凍技術が進み、1年中様々な野菜を食べることができますが、昔は冬に栄養のある野菜を手に入れることは困難でした。そのため、冬まで保存ができるかぼちゃを、冬の時期に食べることで、厳しい冬を元気に乗り切るという風習が生まれました。

さて、今日は冬至に関するクイズです。

クイズ：次のうち、冬至に関して正しいものはどれでしょうか。

<1> 1年で昼が一番長い日

<2> 1年で昼が一番短い日

<3> 1年で最低気温が最も低い日

今日のクイズの答え・・・<2>1年で昼が一番短い日でした。冬至は、北半球において太陽の位置が1年で最も低くなり、日照時間が最も短くなる日です。

きたはんきゅう

にっしょう

ランチタイムズ

学務課給食担当

(学校給食センター)

栄養教諭 仲川 佑季子

栄養士 石栗 尚未

栄養士 古屋 瑞稀

栄養士 山崎 真紀絵



【12月22日(木)の献立】

牛乳 カレーピラフ ほしがた星型ハンバーグ こまつな小松菜とベーコンのソテー
ポークビーンズ コールスローサラダ チョコケーキ



今年最後の給食は、クリスマスに合わせた^{こんだて}献立にしました。星の形のハンバーグとクリスマスカラーの赤、白、緑色の食材を使った料理を組み合わせています。デザート^{こむぎこ}のチョコケーキは、小麦粉、乳製品^{にゅうせいひん}を使っていないケーキにしました。

明日は終業式、^{あさって}明後日からは冬休みですね。今年の冬休みは、いつもより少し長めです。冬休み中も、^{ふだん}普段と同じように「^{はやね}早寝・^{はやお}早起き・^{じっ}朝ごはん」を^{せん}実践し、^{きそく}規則正しい生活を心がけましょう。

さて、今日はお正月に関するクイズです。

クイズ：次のうち、お正月の食べ物でないものはどれでしょう。

<1> ^{くり}栗きんとん

<2> ^{くろまめ}黒豆

<3> ^{うしおじる}はまぐりの潮汁

今日のクイズの答え・・・<3>は^{うしおじる}はまぐりの潮汁でした。^{せちりょうり}栗きんとんと黒豆はお節料理の一品です。^{うしおじる}はまぐりの潮汁は、ひなまつりの料理です。