

12月22日（月）

おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう ゆずかうどん
バターナッツかぼちゃとれんこんのてんぷら
いとかんてんのごますあえ

◎金曜日の正解◎ ② ブロッコリー

◎今日のクイズ◎

今日12月22日は「冬至」です。冬至は一年のうちで一番夜が長い日です。翌日からまた日が長くなっていくので、この日を境に運氣が上昇する日とされています。冬至は「運盛り」といって、「ん」のつく食べ物を食べると運が呼びこめるといわれています。「にんじん」「れんこん」「かんてん」「うどん（うどん）」「きんかん」「ぎんなん」、そしてかぼちゃも別名は「なんきん」！これらは「ん」が2回つくのでより縁起が良いとされ、「冬至の七草」といわれています。今日の給食でも、「にんじん」「れんこん」「かんてん」「うどん」「なんきん」を使っています。特に、冬至にかぼちゃを食べると「風邪をひかない」「長生きする」とも言われています。今日は小平産のバターナッツかぼちゃを使いました。また、冬至の日は、健康を願って「ゆず湯」に入る習慣があります。今日のうどんはゆずを使った「ゆずかうどん」を作りました。

では、クイズです。一年のうちで一番夜が短い日はいつでしょうか？

- ① 春分の日 ② 夏至 ③ 秋分の日

バターナッツかぼちゃと
れんこんのてんぷら

←もりつけかた

ゆずかうどん

大わん

いとかんてん
のごますあえ

小わん

正解のクラス

1の1、1の2、2の1、2の2、
3の1、3の2、4の1、4の2、
5の1、5の2、6の1

