



# 12月 給食献立表



令和3年度

港区立赤坂小学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>生活リズムを大切に!</p>		<p>1日</p> <p>すすしろご飯 筑前煮【福岡県】 えのきの味噌汁 牛乳</p>	<p>2日</p> <p>ほうとう【山梨県】 せいだのたまじ【山梨県】 えのきの味噌汁 牛乳</p>	<p>3日</p> <p>ごはん さばの塩焼き いわし 磯和え ひつまみ汁【岩手県】 牛乳</p>	<p>4日</p> <p>外から帰ったら、うがいも忘れずに!</p>
<p>6日</p> <p>チャーハン パリパリサラダ 春雨スープ 牛乳</p>	<p>7日</p> <p>ごはん ホキの葱ソース 煮豆 味噌汁 牛乳</p>	<p>8日</p> <p>三目ご飯 小あじの南蛮漬け おこし汁 牛乳</p>	<p>9日</p> <p>セサミトースト クリームシチュー フレンチサラダ 果物(草莓) 牛乳</p>	<p>10日</p> <p>ごはん さけのチャンチャン焼き【北海道】 こんにやくのピリ辛炒め とさんご汁【北海道】 牛乳</p>	<p>11日</p> <p>カレーライス キャベツのサラダ 果物(みかん) 牛乳</p>
<p>13日</p> <p>ふりかけきゅうりやうび 振替休業日</p>	<p>14日</p> <p>ゆかりご飯 豆腐の真砂揚げ 大根の即席漬け 白菜とじゃが芋の味噌汁 牛乳</p>	<p>15日</p> <p>とりごぼうご飯 どて煮【愛知県】 にらたま汁 牛乳</p>	<p>16日</p> <p>あぶらぶんどん 油麩丹【宮城県】 仙台味噌の根菜汁【宮城県】 すりりんごゼリー 牛乳</p>	<p>17日</p> <p>ごはん 白身魚のチリソース ハリハリサラダ わかめスープ 牛乳</p>	<p>18日</p> <p>雪だるま</p>
<p>20日</p> <p>回鍋肉丼 白菜と玉子のスープ 果物(りんご) 牛乳</p>	<p>21日</p> <p>ごはん ぶりの照り焼き おなか和え 玉ねぎの味噌汁 牛乳</p>	<p>22日</p> <p>とうじうどん【群馬県】 白菜の柚子漬け てりやきまん 牛乳</p>	<p>23日</p> <p>スパイシーピラフ フライドチキン クリスマスカレースープ バイクチーズケーキ 牛乳</p>	<p>24日</p> <p>終業式</p>	<p>25日</p> <p>クリスマスツリー</p>

## ☆ 12月給食目標 ☆ 「集中してしっかり食べよう」

### ぞ存じですか? 年末年始の行事食

日本には四季折々の行事があり、それにつながる行事食があります。特に、新しい1年の始まりである正月は、その年の豊作や幸福をもたらす「歳神様」を各家庭に迎える行事として、昔からとても大切にされてきました。行事食は地域や家庭によってもさまざまですが、代表的なものをご紹介します。

#### 冬至 (12/22 ごろ)

**かぼちゃ料理・小豆料理**  
かぼちゃや小豆を食べると邪気を払う。ゆず湯に入ると身を清める風習もある。

#### 大晦日 (12/31)

**年越しそば**  
そばのように細く長く生きられるようにと、長寿を願って食べられる(諸説あり)。

#### 正月 (1/1 ~)

**おせち料理**  
新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われる。

- 田作り... 豊作
- 黒豆... 健康
- きんとん... 金運
- 伊達巻... 学業成就
- エビ... 長寿
- れんこん... 将来の見通し
- 里いも... 子宝
- 数の子... 子宝

**お雑煮**  
もちの形をはじめ、味つけや具材など、地域によって大きく異なる。

**お屠蘇**  
酒やみりに漢方薬の「屠蘇散」を浸したものを。長寿を願う、若い人から順に飲む。

冬にんじんが、つくだんじを食べてるといわれているよ。

かぼちもあるかな?

冬至に食べると、かぼちが、かぼちになるよ!

冬至に食べると、かぼちが、かぼちになるよ!

パン・プリン...

良い年を お迎え下さい