

# 12月 給食だより

江戸川区立  
新田小学校



## 年末年始は、行事食に触れる機会に！

外国の行事が楽しいイベントとして定着する中、日本で古くから受け継がれてきた伝統行事や行事食に触れる機会が少なくなっています。学校では、給食を通して伝統的な食文化を学べるようにしています。ぜひ、年末年始はご家庭で「行事食」や「我が家の味」を伝える機会にしていいただければと思います。

### 年末年始の行事と行事食

#### 冬至 (12月21日ごろ)

1年で最も昼が短く、夜が長くなる日。ゆず湯に入って身を清め、かぼちゃや小豆を食べて邪気をはらい、無病息災を祈る風習があります。



かぼちゃと小豆のいとこ煮



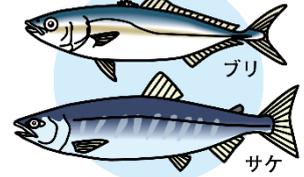
年越しそば



#### 大晦日 (12月31日)

1年の締めくくりとなる日。今年の苦勞を断ち切り、新年への願いを込めて、年越しそばや「年取り魚」を食べる風習があります。年取り魚は地域によって異なりますが、ブリやサケが用いられます。

年取り魚



#### 正月 (1月1日～)

1年の始まりとなる日。「歳神様」をお迎えするため、門松、しめ飾り、鏡もちなどを飾り、おせち料理やお雑煮を食べて、新年のお祝いをします。

#### おせち料理

一つひとつの食材に、新年への願いが込められています。「福を重ねる」「めでたさを重ねる」と縁起を担ぎ、重箱に詰めるのも特徴です。



#### お雑煮

地域の食材を使った、もち入りの汁物。主に西日本では丸もち、東日本では角もちが用いられます。あん入りのもちを入れる所、もちを入れない所もあります。



関西風雑煮



関東風雑煮

#### 人日の節句 (1月7日)

節句の一つで、春の七草を入れた七草がゆを食べて邪気をはらい、無病息災を願います。



七草がゆ

#### 春の七草

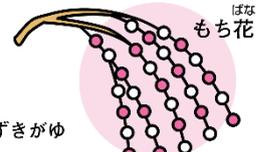
- ◆セリ◆ナズナ
- ◆ゴギョウ◆ハコベラ
- ◆ホトケノザ
- ◆スズナ◆スズシロ

#### 小正月 (1月15日)

邪気をはらう小豆を入れた「小豆がゆ」を食べる風習があります。また、「左義長」「どんど焼き」などと呼ばれる火祭りが各地で行われています。



あずきがゆ



もち花

# ねんせい きゅうしよく ～6年生のアイディア給食～

6年生のみなさんが給食の献立を考えてくれました。6つの班の献立が12月から3月の間の給食で登場します。今回は、12月に登場する献立を紹介します。

## ★12月6日(金)

【メニュー】

バターライスのチキンクリームソースかけ、牛乳  
キャベツとカリカリベーコンのサラダ、フルーツポンチ

6年生が考えてくれたメニューです。

## ★12月18日(水)

【メニュー】

ピザトースト、いちごジャムトースト、牛乳  
コールスローサラダ、ABC スープ

6年生が考えてくれたメニューです。



## きゅうしよくかつどう ～給食活動～



## ★12月2日(月):みんなの給食 SDGS目標12. <<つくる責任、つかう責任>>

【メニュー】

ごはん、エコふりかけ、牛乳、豆腐ハンバーグ、キャベツとかぶの甘酢和え、さつまいもと小松菜のみそ汁

### <<給食で食品ロス削減を考えた点>>

- エコふりかけは、いつもおいしい「だし」をとった後は、捨ててしまう「花かつお」を使ってふりかけを作ります。
- 豆腐ハンバーグは、豆腐、ひき肉、大豆、にんにく、玉ねぎを使います。豆や野菜が苦手な児童にも食べてもらえるように調理します。
- 甘酢和えとみそ汁は、それぞれに使用する人参、かぶ、さつまいも、大根は皮ごときれいに洗って、皮がついたまま調理をします。

## ★12月17日(火):3年生バイキング給食

3年生のバイキング給食があります。バランスの良い食事の選び方を事前に学習をします。料理を取る時は、赤・黄・緑の3色分類で料理を置き、バランス良く自分が食べられる量を盛り付けます。



【保護者の皆様へ】

2学期は、12月24日(火)で給食が終わります。給食当番の人は、白衣を持ち帰りますので、洗濯をして、1月8日(水)の始業式に持たせてください。よろしく願いいたします。