

12月の給食だより

令和6年(2024年)12月号

札幌市立明園小学校

札幌市立本町小学校

今年も残すところあとひと月となりました。朝晩の冷え込みが一段と厳しくなり、空気の乾燥も気になる季節です。年末年始は家庭で楽しい行事がたくさんありますが、不規則な生活にならないよう気をつけましょう。体調を崩さず、規則正しい生活を心掛けて、元気に新しい年を迎えましょう。

年末の行事食「歳とり膳」「口取り」とは？

大晦日の夜に行われる年越しの行事「歳とり」。北海道では、12月31日の大晦日におせち料理を食べる家庭が多いといわれています。



出典:北海道農政事務所
「年の瀬の行事と料理」

旧暦では、日暮れを新しい一日の始まりと考えていました。そのため、北海道の大晦日に食べられる「歳とり膳」は、一年の始まりにごちそうをいただくという伝統的な習わしです。歳とり膳には、刺身をはじめ、おせち料理、クジラ汁、口取りなど、手の込んだ料理が並びます。

この歳とり膳に欠かせないのが、白あんに色付けした海老や鯛の形をした生菓子や、羊かんなどを盛り合わせた「口取り」です。北海道の大晦日では、縁起物である落雁(らくがん)や生菓子などの口取りが、歳とり膳に並ぶのが特徴です。

「おせち料理」に込められた願いとは・・・

もともと「節」とは季節の変わり目を指し、その日に神様へお供え物をし、宴を開く宮中行事が行われていました。この行事で用いられた料理は「御節供(おせちく)」と呼ばれ、やがて庶民の間にも広がり、お正月の「おせち料理」として定着しました。

<えび>



えびは、火を通すと腰が曲がることから、「腰が曲がるまで長生きできるように」という長寿を願う象徴とされています。

<昆布>



昆布は「喜ぶ」という言葉を連想させることから、縁起物とされています。また、昆布には「養老昆布(よろこんぶ)」という表現もあり、長寿や健康を願う意味もあります。

<黒豆>



黒豆の「まめ」は、「まめに働く」や「まめまめしく生きる」を連想させ、健康で勤勉に過ごせるよう願いが込められています。

<栗きんとん>



「きんとん」は漢字で「金団」と書き、「金の塊」を意味します。その黄金色が富を連想させることから、金運上昇を願う縁起物とされています。

<数の子>



「数の子」はニシンの卵で、たくさんの卵が詰まっていることから、「子孫繁栄」や「家系が絶えず続くこと」を願う象徴とされています。

<伊達巻き>



長崎の卓袱料理のひとつ「カステラかまぼこ」が江戸に伝わり、伊達巻きと名付けられました。巻き物は、書物になぞらえられ、文化・学問・教養の発展を表しています。

かまぼこを使って、かわいいうさぎを作っちゃおう。

おせち料理やお弁当にも♪



- ① かまぼこは、板から外し1cm幅に切る。
- ② ピンクの部分を1/2程残して皮をむくように切り、むいた部分の縦中央に切り込みを入れる。
- ③ ピンクの部分の端を2つストローでくり抜く。(うさぎの目に使います。)
- ④ ②の切り込みを、それぞれ内側に丸め込む。
- ⑤ 側面の目の部分にストローで穴を開け、③を埋め込む。

※うさぎの目は、黒ごまを使ってもかわいくできます。





12月 よていこんだて

※ 牛乳は毎日200mL 付きます。
※ 果物は、市場の入荷状況により変更になる
可能性があります。

月	火	水	木	金
2 YES!clean じゃがいも使用 根菜のスープカレー フルーツカクテル 豚肩肉・にんにく・オリーブ油・じゃが芋・ごぼう・人参・大根・玉ねぎ・セロリー・りんご・生姜・にんにく・トマト缶・醤油・カレー粉・香辛料・鶏がら・煮干し・昆布/果物缶詰(みかん・パイン・黄桃・梨・夏みかん)・りんごジュース/	3 明園小4年生 給食なし 角食 ワントンスープ醤油 たこ焼風天ぷら きなこクリーム ワントン・豚肩肉・人参・ほうれん草・もやし・メンマ・長ねぎ・生姜・にんにく・醤油・鶏がら・豚骨・昆布・煮干し・玉ねぎ/豆腐入りかまぼこ・小麦粉・卵・ケチャップ・ソース・かつお節・青のり/豆乳・きなこ・コーンスターチ・バター/	4 ご飯 豆腐のトロトロ煮 ししゃも天ぷら みかん 豆腐・鶏ひき肉・小松菜・長ねぎ・人参・生姜・にんにく・醤油・片栗粉・鶏がら/カラフトししゃも・小麦粉・卵/みかん/	5 パスタ シーフードトマトソース フレンチポテト えび・いか・あさり・玉ねぎ・人参・セロリー・にんにく・オリーブ油・パセリ・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマト・ソース・醤油・香辛料・鶏がら/フレンチポテト(冷凍)/	6 明園小そよかぜ学級 給食なし ほうれん草ピラフ レバー入りメンチカツ いちごのデザート 米・麦・バター・ベーコン・人参・玉ねぎ・にんにく・コーン・ほうれん草・醤油/レバー入りメンチカツ(冷凍)/いちごのデザート(冷凍)/
9 豚丼 みそ汁 からし和え 豚肩ロース肉・小麦粉・片栗粉・醤油・生姜・グリーンピース/キャベツ・油揚げ・味噌・削り節・昆布/焼き竹輪・ほうれん草・もやし・醤油・からし/	10 横割バンズ オニオンポタージュ イカバーグ(照り焼きソース) りんご缶 ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・鶏がら/いかハンバーグ(冷凍)・醤油・片栗粉/	11 ご飯 さつま汁 高野豆腐のフライ のりとあさりのつくだに 豚肩肉・さつま芋・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・みそ・削り節・昆布/凍り豆腐・醤油・カレー粉・小麦粉・ごま・卵・パン粉/あさり・生姜・醤油・のり・ひじき・水あめ/	12 カレーラーメン ごまポテト みかん 豚肉・生姜・にんにく・メンマ・もやし・白菜・人参・玉ねぎ・ほうれん草・長ねぎ・わかめ・小麦粉・カレー粉・ルウ・醤油・ソース・みそ・トマト・りんご・鶏がら・豚骨・煮干し・昆布/じゃが芋・ごま/みかん/	13 わかめごはん みそ汁 鶏肉の照り焼き 米・麦・炊き込みわかめ・ごま/厚揚げ・小松菜・みそ・削り節・昆布/鶏むね肉・醤油・生姜・片栗粉・小麦粉・ごま/
16 給食提供なし 明園小:開校記念日 本町小:振替休業日 	17 明園小 給食なし コッペパン チキングラタン 道産にしんフライ コールスローサラダ 鶏もも肉・玉ねぎ・マカロニ・人参・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・鶏がら・パン粉・バター・パセリ/道産にしんフライ(冷凍)/キャベツ・人参・コーン・酢・からし/	18 ご飯 肉じゃが 揚げえびシュウマイ おひたし 豚肩肉・大豆・じゃが芋・玉ねぎ・白滝・人参・切干大根・さやいんげん・干し椎茸・生姜・醤油/えびシュウマイ(冷凍)/ほうれん草・もやし・かつお節・醤油/	19 肉うどん かぼちゃのいとこ煮 紅まどんな 豚もも肉・醤油・油揚げ・人参・ほうれん草・長ねぎ・干し椎茸・たもぎ茸・酢・唐辛子・削り節・昆布/南瓜・小豆・白玉もち/紅まどんな/	20 ビビンバ 釧路産たらザンギ ヨーグルト和え 米・麦・醤油・豚ひき肉・焼き豆腐・メンマ・長ねぎ・生姜・にんにく・ごま油・豆板醤・人参・小松菜・もやし・ごま・酢・唐辛子/釧路産たらザンギ(冷凍)/果物缶詰(みかん・パイン・黄桃・梨・夏みかん)・ヨーグルト/
23 ご飯 芋団子汁 いわしのカリカリフライ 納豆30g(たれ付) 鶏もも肉・じゃが芋・片栗粉・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・醤油・削り節・昆布/いわしのカリカリフライ(冷凍)/納豆(たれ付き)/	24 かぼちゃパン イタリアンスープ 十勝大豆コロッケ 黄桃缶 ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・コーン・パセリ・マカロニ・醤油・鶏がら/十勝大豆コロッケ(冷凍)/黄桃缶/	25 チキンカレーライス 厚揚げサラダ 鶏もも肉・カレー粉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・セロリー・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・ルウ・ソース・ケチャップ・醤油・香辛料・鶏がら/厚揚げ・生姜・醤油・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・酢・ごま油・ごま/	12月19日(木) 紅まどんな 「ゼリーのような食感」 愛媛県生まれの「紅まどんな」は、まるでゼリーのような食感で大人気の柑橘です。外皮とじょうのう膜(薄皮)がどちらも薄くてやわらかく、果汁たっぷりで糖度も高いです。この時期にしか食べられないので、年末の贈答品としても人気を集めている大注目の柑橘です。 	