給食だより１２月

R8. 11. 24発行
札幌市立八軒東中学校

日本の行事食～年末年始の行事食



年越しそば

12 月 31 日大晦日の夜には家族そろっておそばを食べる習慣があります。これは「細く長く」生きるという意味もありますが、江戸時代の金銀細工師が、年末の大掃除にそば団子を使って散った金銀を集めたことから、「そばは金を集める。」と縁起をかついだことが始まりとも言われています。



北海道のお雑煮

北海道には明治から大正にかけて、全国各地から開拓のために多くの人が移住してきました。そして、お正月には食べなれた故郷のお雑煮を再現しました。

それは今も受け継がれており、北海道ではさまざまなお雑煮が食べられています。

・もちの種類…角もち、丸もち、あんこもちなど
・もちの調理方法…焼く、ゆでるなど
・味付け…醤油、みそなど　・だし…昆布、かつお節、煮干し、鶏肉など





鏡開き

お正月の間、年神様の居場所になっているのが「鏡もち」と言われています。松の内（１月７日まで）が過ぎたら、年神様を送ります。年神様が宿っていた鏡もちを食べることで、その力を分けてもらい、１年間家族の無病息災を願うのが「鏡開き」です。

冬至

今年は　12月22日（火）です

冬至は１年で最も昼が短く、夜が長い日です。

昔から冬至の日には、「南瓜を食べる」「柚子湯に入る」という習慣があります。野菜が少なくなる冬に保存がきき、栄養豊富な南瓜を食べ、柚子湯で身体を温めて元気に過ごそうという、昔の人の知恵ですね。

また、「運盛り」といって、終わりに「ん」のつく食べものを食べると縁起がよいとされているそうです。給食では１８日（金）に、少し早めの「冬至メニュー」として、「南瓜」と「白玉もち」「小豆」で「かぼちゃのいとこ煮」を作ります。さらに今年は、「うどん」「みかん」の「ん」の付く組み合わせにしてみました。年に１度の行事食を味わいましょう。





12月の予定献立

＊牛乳は毎日つきます。
＊価格や市場への入荷状況により果物が変更になる場合もありますのでご了承ください。
＊給食で使用している主な食材を載せています。(/は献立の区切りです。)

札幌市立八軒東中学校

月	火	水	木	金
7日	8日	9日	10日	11日
ポークウインナーライス カレーコロッケ 小松菜とコーンのサラダ	かき揚げ丼(えび入) 味噌汁 紅まどんな	フィッシュバーガー スライスチーズ ポーククリームシチュー コールスローサラダ	ごはん 豆腐のトロトロ煮 揚げポークシュウマイ からし和え	パスタボンゴレ フレンチポテト
胚芽精米　大麦　ﾊﾞﾀｰ　ﾄﾏﾄ缶　ﾎﾟｰｸｳｲﾝﾅｰ　玉ねぎ　人参　ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ/じゃがいも　豚肉　玉ねぎ　生乳　ﾊﾟﾝ粉/ﾊﾑ　小松菜　ｺｰﾝ　ごま	白飯　えび　あさり　さくらえび　玉ねぎ　人参　ごぼう　春菊　ひじき　切干大根　小麦粉　卵/厚揚げ　小松菜/紅まどんな	横割ﾊﾟﾝｽﾞ　ぶり　ﾊﾟﾝ粉　小麦粉　でん粉　ﾗｲ麦粉　ｹﾁｬｯﾌﾟ　ｿｰｽ/ﾁｰｽﾞ/豚肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　ﾊﾟｾﾘ　小麦粉　ﾊﾞﾀｰ　牛乳　豆乳　ﾁｰｽﾞ　ｽｷﾑﾐﾙｸ/ｷｬﾍﾞﾂ　人参　ｺｰﾝ	白飯/豆腐　鶏肉　小松菜　長ねぎ　人参　しょうが　にんにく　片栗粉/玉ねぎ　豚肉　牛肉　でん粉　大豆たん白　小麦粉/ﾊﾑ　ほうれん草　白菜	ｿﾌﾄﾊﾟｽﾀ　あさり　大豆　玉ねぎ　人参　ｾﾛﾘ　しょうが　にんにく　ﾊﾟｾﾘ　小麦粉　ﾄﾏﾄ缶　ｿｰｽ/ﾌﾚﾝﾁﾎﾟﾃﾄ
14日	15日	16日	17日	18日
とりめし 高野豆腐のフライ 磯和え	和風そぼろごはん 味噌汁 チキンナゲット	かぼちゃパン ミートパスタグラタン ごぼうチップサラダ パイン缶	ごはん 豆腐のカレーソース ししゃものから揚げ ごま和え	肉うどん かぼちゃのいとこ煮 みかん
胚芽精米　大麦　鶏肉　しょうが　玉ねぎ/高野豆腐　小麦粉　ごま　卵　ﾊﾟﾝ粉/小松菜　もやし　のり	白飯　鶏肉　焼き豆腐　切干大根　しいたけ　ごま　しょうが　ごぼう　人参　油揚げ　ひじき/じゃがいも　にら/鶏肉　ﾊﾟﾝ粉　でん粉　おから　小麦粉　とうもろこし粉　ｸﾗｯｶｰ粉	かぼちゃﾊﾟﾝ/ﾏｶﾛﾆ　豚肉　しょうが　にんにく　玉ねぎ　人参　ｾﾛﾘ　小麦粉　ﾊﾞﾀｰ　ﾁｰｽﾞ　ﾄﾏﾄ缶　ｿｰｽ　ﾊﾟﾝ粉/ﾊﾑ　ｷｬﾍﾞﾂ　きゅうり　ｺｰﾝ　ごぼう　ごま/ﾊﾟｲﾝ缶	白飯/豆腐　豚肉　玉ねぎ　人参　ｾﾛﾘ　しょうが　にんにく　ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ　りんご　小麦粉　ｹﾁｬｯﾌﾟ　ｿｰｽ/ｶﾗﾌﾄししゃも子持ち　小麦粉　片栗粉/小松菜　白菜　ごま	ｿﾌﾄめん　豚肉　油揚げ　つと人参　小松菜　長ねぎ　しいたけ　たもぎたけ/かぼちゃあずき　白玉もち/みかん
21日	22日	23日	24日	25日
ほうれん草ピラフ ちくわチーズつめ揚げ フルーツミックス	根菜のスープカレー あさりのスパゲティサラダ	コッペパン コーンクリームスープ フライドチキン 大根サラダ	ごはん 白玉汁 ぶりのごま味噌かけ 紅白なます	終業式
胚芽精米　大麦　ﾊﾞﾀｰ　ﾍﾞｰｺﾝ　人参　玉ねぎ　にんにく　ｺｰﾝ　ほうれん草/ちくわ　ﾁｰｽﾞ　小麦粉　卵/みかん缶　ﾊﾟｲﾝ缶　黄桃缶　なし缶　なつみかん缶	白飯　豚肉　にんにく　じゃがいも　ごぼう　人参　大根　玉ねぎ　ｾﾛﾘ　りんご　しょうが　ﾄﾏﾄ缶/あさり　しょうが　ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ　きゅうり　人参　ごま	ｺｯﾍﾟﾊﾟﾝ/ｺｰﾝ　ﾍﾞｰｺﾝ　玉ねぎ　人参　ﾊﾟｾﾘ　小麦粉　ﾊﾞﾀｰ　牛乳　豆乳　ｽｷﾑﾐﾙｸ　ﾁｰｽﾞ/鶏肉　にんにく　牛乳　小麦粉　片栗粉/大根　まぐろ水煮　きゅうり　人参　ごま	白飯/白玉　鶏肉　つと　高野豆腐　人参　ほうれん草　大根　ごぼう　長ねぎ　しいたけ/ぶり　小麦粉　片栗粉　ごま/大根　人参	

＊海産物全般(カラフトししゃも、塩わかめ、しらす干しなど)には、えび等の甲殻類が混入していたり、付着していたりする可能性があります。＊かれいから揚げなど、魚を丸ごと食べるものについては魚卵の混入の可能性があります。

紅まどんな



「紅まどんな」は、「南香(なんこう)」と「天草(あまくさ)」という種類 のみかんをかけ合わせ、愛媛県で作られました。 皮が薄くてやわらかく、果肉はゼリーのように なめらかで、果汁たっぷりのみかんです。