

School Lunch News



2025.1.13

今日の献立

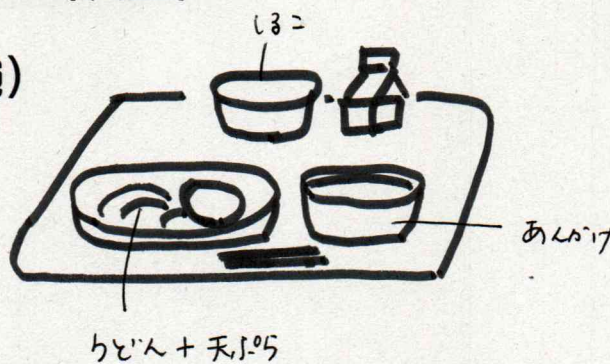
五目あんかけうどん・うどん(大皿)

五目あんかけ(大碗)

さつまいもの天ぷら(大皿)

白玉しるこ(小碗)

牛乳



給食室より

1月11日は「鏡開き」です。お正月にお供えした鏡もちを下げ、無病息災を願って食べる日本の伝統行事です。昔から、かたくなっておもちを刃物で切るのは縁起が悪いとされ、木づちなどで「開く」ように割って食べてきました。

今日の給食では、鏡開きにちなんで白玉しるこを取り入れました。白玉は、もち米から作られる白玉粉を使い、やわらかく食べやすいのが特徴です。あずきに含まれる食物繊維や鉄分は、体の調子を整える働きがあります。

日本の行事食には、「健康を願う」「季節を感じる」といった意味がこめられています。食べ物の由来や意味を知りながら、季節の行事を味わってみましょう。