

# 令和7年12月22日 月曜日





# 冬至

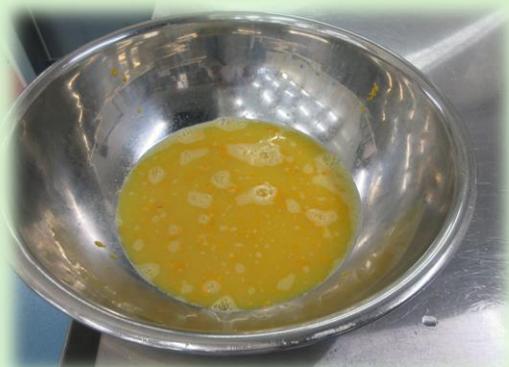
## 「ん」のつく食べ物



### かぼちゃ



### ゆず



明日は「冬至」です。一年で夜がもっとも  
が短いため、太陽の力が一番衰える日と考えられ  
てきました。そのため、栄養たっぷりのかぼちゃ  
を食べて、魔除けのゆず湯に入り、運を良くする  
ために「ん」のつく食べ物を食べるなどの風習が  
あります。

今日の給食では、八王子市的小津町で収穫され  
た「ゆず」を使ったみそ焼き、「かぼちゃ」、「ん」の  
つく「にんじん」や「大根」、「みかん」を食べます。  
もうすぐ冬休みですね。しっかり食べて、楽しく冬  
休みをすごして、元気に新年を迎えましょう。



八王子市学校給食センター檜原第1

令和7年12月22日 月曜日

# 高月清流米



八王子市高月地区の多摩川の支流である秋川の清流を使って栽培された、おいしいお米です。

高月は水と土に恵まれていて、米作りにぴったりの地域のため、長く米作りが続けられています。



「高尾の天狗」という日本酒は八王子で収穫されたお米を100%使って作られています。高月清流米の他に「ひとごこち」というお米が使われています。

