

令和7年12月22日 月曜日

冬至

★牛乳

★果物(みかん)

★にんじんシリシリ

☺八王子産にんじん使用

★赤魚の柚子みそ焼き

☺八王子産ゆず使用

★ごはん

★根菜汁

☺八王子産かぼちゃ、にんじん、ながねぎ使用

八王子市学校給食センター檜原第二調理場

# 令和7年12月22日 月曜日

## 冬至



明日は「冬至」です。一年で夜がもっとも長く、昼が短いため、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、八王子市の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。

### かぼちゃ



### ゆず



### 「ん」のつく食べ物



八王子市学校給食センター檜原第二調理場