

# 12月 給食だより

家庭数

西東京市立上向台小学校  
令和5年11月29日

日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みがますます厳しく感じられるようになりました。12月22日は冬至です。冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ日が長くなっていくことから、「一陽来復」（冬が終わり、春になること）とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運気も衰えると考えていたことから、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べて力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。

今年の冬至は  
12月22日です。



**ん**のつく食べ物を食べると、**幸運**になるという言い伝えもあります。

## 給食の食材について

11月の給食で使用した主な食材の産地についてお知らせします。

食材	産地	食材	産地
じゃが芋	北海道	さつまいも	千葉県
玉ねぎ	北海道	かぶ	千葉県
キャベツ	茨城県・西東京市	白菜	茨城県・西東京市
大根	北海道・西東京市	かぼちゃ	北海道
人参	北海道・西東京市	ごぼう	青森県
もやし	栃木県	干し椎茸	近畿・四国
ブロッコリー	埼玉県	豚肉	茨城県
しめじ・えのき	長野県	鶏肉	鳥取県・岩手県
長ねぎ	青森県	鮭	北海道
生姜	高知県	かつお	宮城県
きゅうり	埼玉県	いか	ペルー
にんにく	青森県	精白米	新潟県・岩手県

## 今月の献立から

### 4日(月) ★沖縄県の料理

ジュシーは、沖縄の炊き込みごはんです。フーチャンブルーのフーは、お麩のことです。チャンブルーはごちゃ混ぜを意味する沖縄の方言で、豆腐や野菜などを混ぜ合わせた料理のことを言います。給食では、車麩を水で戻してから卵液に浸し、野菜と一緒に炒めます。

### 7日(木) ★バラ天井

バラ天井とは、一口サイズの小さな天ぷらで作る天井です。給食では、舞茸とエビでそれぞれ天ぷらを作り、ごはんの上に乗せて、たれをかけていただきます。

### 8日(金) ★ホタテデー「ホタテのバター焼き」

北海道森町の水産加工業者は、水産物の輸出減少により、深刻な影響を受けています。そこで、森町では町内事業者支援の一環として、町内業者からホタテを買い取り、全国の学校給食に無償で提供する事業が行われました。西東京市教育委員会ではこの取組に賛同し、このたび、北海道産のホタテを西東京市の学校給食に約15,500食、無償で提供していただくこととなりましたので、12月8日をホタテデーとして、西東京市立小中学校給食で使用します。森町のホタテの味を楽しみにしてください。

### 11日(月) ★韓国料理「ピビンバ」

ピビンバとは、ごはんの上に野菜のナムルや味付けしたお肉、キムチなどを盛り付け、混ぜて食べる料理です。ナムルとは、ごま油やしょうゆ、にんにくなどで味付けした和え物です。給食では、大豆もやし、小松菜、人参、にらを使用します。

### 15日(金) ★世界の料理「ブラジル」

フェイジョアードは、豆とお肉を煮込んだ料理です。ごはんにかけていただきます。ポンデケーキは、もちもちした食感のチーズパンです。タピオカ粉のかわりに白玉粉を使用します。

### 21日(木) ★冬至の献立「ん」のつく食べ物

味噌煮込みうどんの「うどん」、かぼちゃ天ぷらの「なんきん」を食べて、幸運を呼び込みましょう。



12月給食費の引き落とし日

12月11日(月)

遠足の延期や社会科見学等で給食を食べなかった分を差し引いて、12月分を集合します。学級閉鎖に伴う返金がある学級も合わせてお知らせします。

学年	集金額	返金対象日
1年	4,116円	遠足延期(6/28)
2年	4,370円	
2年1組	4,116円	学級閉鎖(9/14)
3年	4,370円	遠足延期(6/8)
4年	4,370円	社会科見学(10/26)
5年	4,615円	社会科見学(11/2)
6年	3,760円	移動教室(9/13-15) 社会科見学(12/12)

※手数料 +10円

