

# きゅうしょくしつうしん

きょう きゅうしょく とうじ きょうじしょく  
今日の給食は冬至の行事食です。

ねん うちで いちばんひる みじか ひ とうじ  
1年のうちで一番昼の短い日を冬至といいます。

けんこう ねが とうじ ひ むかし  
健康への願いをこめて、冬至の日には昔から  
かぼちゃを食<sup>た</sup>べたり、ゆずを浮<sup>う</sup>かべたお風呂<sup>ふろ</sup>  
(ゆず湯)にはいる習慣<sup>しゅうかん</sup>があります。

むかし ひと なつ やさい たいせつ  
昔の人は、夏野菜のかぼちゃを大切に  
ておき、冬<sup>ふゆ</sup>にビタミン不足<sup>ふそく</sup>をおぎな  
ったので  
す。また、ゆず湯にはいって体<sup>からだ</sup>をあたた  
め、  
かぜをひかないようにして  
いました。

きゅうしょく  
給食では、「タラのゆず風味<sup>ふうみ</sup>揚げ」と「か  
ぼちゃのみそ汁<sup>しる</sup>」をつくり  
ました。

ことし とうじ がつ にち きん  
今年の冬至は12月22日(金)です。



