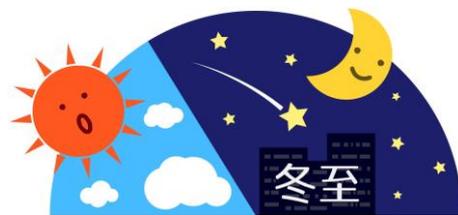


# らんちたいむ

令和6年12月18日

こんげつ  
今月のめあて

えいよう かんが た  
栄養を考 えて食 べよう



きょう きゅうしょく  
今日の給食

とうじこんだて  
【 冬至献立 】

ぎゅうにゅう ごはん さわら  
牛乳 ごはん 鱈のゆずみそだれ  
こんにゃくのおかか煮 白菜のおひたし



こんど とうび がつ にち とうじ とうじ いちねん  
今度の土曜日12月21日は「冬至」です。冬至は一年のうちで

たいよう で じかん いちばんみじか ひ ひる いちばんみじか よる  
太陽の出ている時間が一番短い日。つまり昼が一番短く夜が

いちばんなが ひ にほん とうじ ひ ゆ はい  
一番長い日です。日本には冬至の日にゆず湯に入りかぼちゃを

た ふうしゅう とうじ よ こ  
食べる風習があります。また「幸運」を呼び込むために、に

んじん、れんこん、こんにゃくなど「ん」のつく食べ物を食べ

ると良いとされています。