



とうじ いちねん なか ひる じかん みじ ひ
冬至とは、一年の中でもっとも昼の時間が短い日です。

さむ そな えいよう た けんこう ねが
寒さに備えて栄養のある「かぼちゃ」を食べて健康を願ったい、
ゆずを浮かべたお風呂に入ってからだを あたた しゅうかん
温める習慣があいま
す。さらに、とうじ た もの た うん
冬至に「ん」がつく食べ物を食べると「運」に
めぐ きょう きゅうしょく た もの
恵まれるといひます。今日の給食には「ん」がつく食べ物が
しゅるい にんじん だいこん なんきん
5種類(うどん、人参、大根、かぼちゃ(南瓜)、こんにゃく)
はい た げんき す
入っています。しっかり食べて元気に過ごしましょう。





ほうとううどん、かぶのゆず^あ和え、かばちゃポンテ