

# 給食だより

2024年12月



さんい保育園 有明  
管理栄養士

あっという間に今年も残り1ヶ月となりました。  
12月は冬至やクリスマス、年越しなど行事が盛りだくさん！  
それぞれの行事にまつわる食についての由来も子どもたちに  
伝えながら楽しみたいですね。



## もうすぐクリスマス!!

12月の行事といえば「クリスマス」！！大人も子どももワクワクするイベントのひとつですね。日本ではクリスマスにはショートケーキを食べて楽しむ人が多いと思いますが、世界の他の国ではどんなケーキを食べているか知っていますか？いくつかの国を紹介します。

### ★世界のクリスマスケーキ★



#### ◆イギリス◆

#### クリスマスプディング

「プディング」と聞いて日本の「プリン」を想像しがちですが、レーズンなどのドライフルーツをふんだんに使ったケーキです。

#### ◆フランス◆

#### ブッシュドノエル

フランスでは定番の伝統的クリスマスケーキ。ブッシュは「薪（まき）」、ノエルは「クリスマス」を意味し、「クリスマスの薪」をイメージしたケーキです。

#### ◆ドイツ◆

#### シュトレン (シュトーレン)

クリスマスを迎える4週間前から切れずつ食べ始める習わしのあるドイツ発祥の伝統的なお菓子です。

紹介した世界のクリスマスケーキは日本でも見かけることが多くなってきましたね。今年のクリスマスはいつもとは違うケーキで外国気分を楽しんでみるのもいいですね！！

## ◆冬至（とうじ）◆



冬至は1年で一番昼が短い日。この日を境にだんだん日が長くなっていきます。冬至の日にはかぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣があります。昔は夏が旬のかぼちゃを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。

この日にかぼちゃを食べると、風邪をひかないといわれます。ゆず湯は、ゆずの強い香りで邪気を払うとされています。ゆずの成分が血行を促進し、身体を温めて風邪を予防します。

★今年の冬至は12月21日（土）です。

園では20日の給食に冬至を意識した献立を取り入れています！

## ◆食育紹介◆

<11月7日

### ろば組 ピザトースト作り>

クラスで育てたバジルをトッピングしたピザトーストを作りました。何種類かある具から好きなものを選び、オリジナルピザトーストを完成させました☆

<11月12日 幼児組 お米のお話>

保育園にお米を届けてくださっている亀太商店さんに来ていただき、稲から米になるまでの工程や茶碗1杯のお米の粒数など、お米に関する面白い話が聞けました！

<11月14日 はと組

### 梅干し・おかかおにぎり作り>

8月にはと組が完成させた梅干しを具にしておにぎりを作りました。ご飯は炊飯器ではなく鍋で炊き、炊飯の様子も観察しました。みんな笑顔で出来上がったおにぎりを頬張っていました！！

## ◆12月の献立紹介◆

<行事食>

★12月20日 冬至献立

冬至に食べると良いと言われていた食材を取り入れた献立を提供します！

★12月25日

### クリスマスメニュー

クリスマス限定特別メニューです！おやつはクリスマスリースをモチーフにしたパイです♡

※クリスマスリースパイは乳児食より提供します。トッピングに「チョコスプレー」を使用するため、0歳児クラスで乳児食を食べているお子様はおやつのみ離乳食と同じ「クリスマスリースおにぎり」を提供いたします。