



とうじ  
**冬至とクリスマス献立**

こんだて



令和4年12月22日  
北空知圏学校給食センター

きょう きゅうしょく がつ にち とうじ すこ はや  
今日の給食は、12月22日の冬至にちなみ、かぼちゃサラダと、少し早いのですがクリ  
スマス献立として、フライドチキンとクリスマスケーキがつきます。

とうじ いちねん なか もっと ひる みじか ひ とうじ  
冬至は一年の中で最も昼が短い日のことです。冬至にかぼちゃを  
た 食べる、かぜをひかないといわれています。かぼちゃには「カロテン」  
がたっぷり含まれていて、からだ なか ひ ねんまく つよ  
かぜの予防に役立ちます。



クリスマスにチキンやケーキを食べるようになったのは、クリスマスがアメリ  
かにほん ひろ  
カから日本に広まったのがきっかけでした。アメリカでは“ロースターキー”  
しちめんちょう まるや た にほん しちめんちょう せいそく  
という七面鳥の丸焼きを食べますが、日本では七面鳥が生息していなかつ  
たため、とりにく つか はじ めいじじだい かし  
たため、鶏肉を使ったのが始まりでした。そしてケーキは、明治時代にお菓子メーカーが  
スポンジケーキにクリームや飾りをつけたものがひろ はじ  
広がったのが始まりといわれています。

