

きゅうしよくだより

れい わ ねん がつ
令和7年12月
おおさか し りつたつみしょうがっこう
大阪市立 巽 小学校

ぎょう じ しょく 行事食について知ろう



ち いき 地域によって、むかし 昔から おこな 行われているまつ 祭りなどの ぎょう じ 行事があります。このような ぎょう じ 行事には、その季節や内容にあった特別な料理を 行事食 といい、それぞれに意味がこめられています。給食では、しょうがつ 正月や せつぶん 節分、つきみ 月見などの 行事食 が出ます。わたしたちの生活を豊かにする 行事 を知って大切に し、 行事食 を楽しみましょう。

しょうがつ がつ
正月 (1月)

りょうり
おせち料理



ねん けんこう しあわ
1年を健康で 幸 せに
く 暮らせますようにとい
ねが う願いがこめられてい
ます。

せつぶん がつ
節分 (2月)

いわし



わざわ 災いを追いはらうた
めに、まめ 豆をまいたり、とし
かず の数だけまたは1つ多く
た 食べたりします。

たんご せつく (こどものひ)
端午の節句 (こどもの日)

が
(5月)

かしわもち



ちまき

こ 子どもの健康と成長への
ねが う願いがこめられています。

おお がつ
大みそか (12月)

とし
年こしそば



うん じゅみょう
運や寿命をのばすと
いう意味や1年の 災 い
を切るという意味がこ
められています。

とうじ がつ
冬至 (12月)

かぼちゃ



ねん よる もっと なが
1年で夜が最も長い
ひ に食べると びょうき 病気を防
ぐといわれています。

つきみ がつ
月見 (9月)

だんご



さといも

じゅうご や つき た
十五夜の月に食べも
のを 供え、しゅうかく 収穫への感
しゃ ほうさく ねが 謝と豊作を願います。

が こんだて
12月の献立より

冬至

が ちに きん
12月19日 (金)

や 焼きかぼちゃの甘みつけ



とうじ ことし がつ ちに ねん いちばんたいよう で
冬至 (今年は12月22日) とは、1年で一番太陽が出ている
じかん みじか ひ 時間が短い日のことです。冬至の日に「ん」のつく食べものを
た 食べると、「運」をよ 呼びこむことができるといわれ、「なんきん (か
ぼちゃ)」を食べる習慣があります。かぼちゃには、かぜなどの
びょうき よぼう 病気を予防するビタミンAやビタミンCが多く含まれています。

いま しゅん や さい
今が旬の野菜

★きくな★

が がつ かつ か もく
12月4日 (木) きくなどとはくさいのごまあえ

きくは、はる きいろ はな 春に黄色の花をさかせるため、「春菊」
とも呼ばれます。10月から3月が 旬 (たくさんとれ
て、おいしい時期) の野菜です。



★かぶ★

が がつ かつ か きん
12月5日 (金) かぶのゆず風味

かぶは、か しよくぶつ アブラナ科の植物で、はくさい、なのはな、
キャベツなどの仲間です。日本では古くからさいばい
されてきました。大阪では、が がつ がつ 11月から2月ごろに多く出
まわ 回ります。

