



# 12月 給食だよ!



令和5年12月1日 幼保連携型認定こども園 中央文化保育園



今年も残すところあと1ヶ月となりました。



長いようで短かった1年ですが、みなさんは元気に過ごすことができましたでしょうか?  
いよいよ寒さも本番です。風邪やインフルエンザに気をつけて残りの毎日を楽しみましょう。



12月はクリスマスやもちつきなど、おいしい行事がたくさんあります。



今月も季節の料理を楽しみたいと思います。

## 日本とは違う? 世界のクリスマス!

クリスマスといえば日本ではデコレーションケーキが一般的ですが、世界ではそれぞれの国の伝統的なデザートを食べることが多いようです。クリスマスのお菓子を通して各国の伝統に触れてみるのも良いですね。



### エッグノッグ

北米ではクリスマスや新年のお祝いに欠かせない牛乳と卵と砂糖を混ぜた甘いドリンク



### ミンスパイ

ミンズミートと呼ばれる刻んだドライフルーツ等が入ったイギリスのお菓子



### シュトーレン

バターをいんだんに使った生地にドライフルーツやナッツが練り込まれており、表面に粉砂糖がまぶされているドイツのお菓子



### ジンジャー ブレッドマンクッキー

生地に生姜やシナモンなどのスパイスを加えたヨーロッパ・欧米のクリスマスに欠かせないお菓子



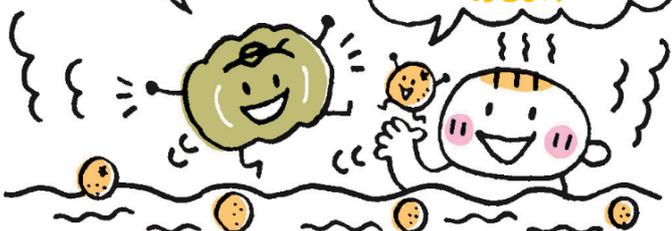
## 冬至の過ごし方

冬至は一年のうちで昼が一番短く、夜が一番長い日です。日本では昔から、冬至にかぼちゃを食べて、ゆず湯に入ると風邪をひかないという言い伝えがあります。

本来かぼちゃの旬は夏ですが、長期保存が効くことから、多くの栄養を含むかぼちゃを野菜の不足する冬の時期に食べることで、厳しい冬を元気に乗り切ろうという思いも込められています。

かぼちゃには冬に不足しがちなカロテンがたっぷり!

ゆず湯には強い香りで邪気を払う、体を温める効果もあるよ!



今年の冬至は12月22日(金)です。

## こいす組(2歳児)給食の様子

