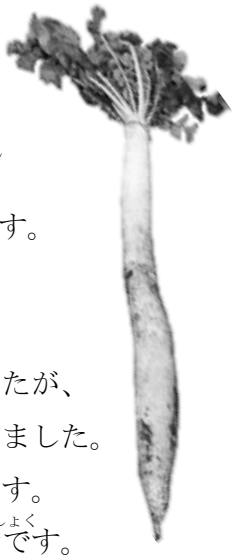
きゅうしょくだより　１２月

令和5年11月30日
練馬区立北町西小学校

今年も残すところあと一か月です。校庭の木の葉も落ち、だんだんと寒さが厳しくなってきます。12月は冬至やもちつき、大みそかなど、昔から伝わる行事がたくさんあります。かぜやインフルエンザなどの感染症にかかりやすい時期でもあるので、しっかりと予防して行事を迎えましょう。

©2011練馬区ねり丸

練馬だいこんの日



12月4日は練馬大根一斉給食の日です。3日に行われる「練馬大根引っこ抜き大会」で収穫された大根が学校給食に無償で提供されます。

練馬大根は水分が少なく、漬物に適した練馬の伝統野菜です。長さが60～80ｃｍと長く、葉も含めると1メートル以上になります。長くて真ん中が太いので引き抜くのが大変です。江戸時代から練馬で栽培されていましたが、収穫に手間がかかる上、昭和の時代の干ばつや戦後の洋食化などにより生産量が激減しました。しかし伝統野菜を受け継いでいこうという働きかけで今は少しずつ生産量が増えています。本校では練馬大根を使って「練馬スパゲティ」を作ります。大人気の練馬のご当地給食です。

冬至は、一年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に昼間が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられています。かぼちゃや小豆がゆを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。

かぼちゃ・小豆がゆ

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないなどといわれています。小豆がゆの小豆は、赤い色が邪気をはらうとされています。

「ん」のつく食品

れんこん、にんじん、うどんなど「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるといういい伝えがあります。

ゆず湯

ゆずを浮かべた風呂に入るとかぜをひかないといわれています。ゆずには血行をよくする効果があります。

＊11月の給食の主な食材産地＊

にんじん…北海道
たまねぎ…北海道
さといも…埼玉県
ごぼう…群馬県
ブロッコリー…埼玉県
だいこん…千葉県

れんこん…茨城県
はくさい…長野県
しゅんぎく…群馬県
ねぎ…青森県
こまつな…茨城県
きゃべつ…練馬区・茨城県

さつまいも…千葉県
もやし…栃木県
たまご…群馬県
ぎゅうにく…栃木県、千葉県
ぶたにく…茨城県、群馬県
とりにく…宮崎県、岩手県

学校給食費の納入にご協力をお願いします。
引き落としは毎月27日（土日祝日の場合は翌営業日）です。