

MEAL NEWS



H31-6

【11月8日～12月4日の実施献立】

- パングラタン
(パンネ 南瓜とブロッコリーのマッシュ)
- ローストビーフサラダ
- フレンチトースト
- オニオンスープ

栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分相当量
722kcal	25.1g	34.3g	4.0g



今回の食育はクリスマスに関してお話しをしました

クリスマスって何の日？

イエス・キリストの生まれた日を祝うキリスト教の宗教行事です。



サンタクロースとクリスマスの関係は？

貧しい人や子供を助けた司教「聖ニコラウス」がサンタクロースの起源とされています。

なぜクリスマスカラーは赤と緑なの？

赤はイエス・キリストの血の色・神の愛。緑は1年中枯らす事のない常緑樹（柊やもみの木）の色。「エバーグリーン」とも言われ、永遠の命・永遠の神の愛とされています。

欧米などのキリスト教徒社会ではクリスマスはキリストの誕生を祝い、ミサや礼拝をしに教会へ行きその後は家族や親せきと食事をするのが一般的な様です。

クリスマスはどうして日本に広まったのか？

日本企業の宣伝戦略が元になっています。明治時代、クリスマスカードの輸入をきっかけに明治屋という輸入物を扱うお店が銀座にクリスマスツリーをディスプレイし、不二家がクリスマスケーキを販売し始めた事から、日本中にクリスマスが知れ渡る様になりました。

「クリスマスにはチキンを食べる」というのはケンタッキーが、「クリスマスイブには恋人と過ごす」というのはバブル期にメディアが作りだしたとされ、今日のクリスマスは完全に日本独自のものです。

世界のクリスマス料理

世界各国でもその独自のクリスマス文化があります。一部をご紹介します。

スペイン：七面鳥の丸焼き、鯛のオープン焼き、イセエビなどを食べる。

イギリス：ローストターキーやローストビーフ。デザートはクリスマスプディング、ミンスパイなど。

スウェーデン：ユールシンカ、フレスケスタイ、ニシンの酢漬けジンジャークッキーなど。



今回の食育のメニューは正当なクリスマスメニューというよりは、冬に食べたいメニューを少し豪華にしてみました。日本でクリスマスは1年の中でも一大イベントです。こうして本来の意味も調べてみるとより楽しく過ごせるのではないかと思います。



◆ 次回献立（1月15日～1月31日実施予定） 予定の詳細は裏面をご覧ください

【風邪予防（郷土料理）】

- 鮭のちゃんちゃん焼き
- 白和え
- ゆず大根
- 生姜ごはん
- のっぺい汁
- 南瓜ぜんざい

食品群別使用食材

1群	小豆 鮭 豆腐
2群	—
3群	南瓜 小松菜 人参 万能ねぎ ほうれん草
4群	キャベツ 生姜 大根 玉葱 ゆず 干し椎茸
5群	米 もち米 里芋 でん粉 砂糖 酒
6群	ごま ごま油 油 バター