



今日は何の日？ 食育カレンダー献立

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 ビフィズス菌の日	3	4	5	6	7
8 事納め(事八日)	9	10 アロエヨーグルトの日 	11	12 明太子の日 	13	14
15	16	17	18	19	20 鱈の日 	21
22 冬至	23	24 クリスマスイブ 	25 クリスマス 	26	27	28
29	30	31 大晦日 				

今日は何の日紹介 12月

★2日【ビフィズス菌の日】 江崎グリコ株式会社が制定
フランスの医師、アンリ・ティッシュがビフィズス菌の発見した日にちなんで。

・8日【事納め(事八日)】
お正月をはさんだ12月8日と2月8日の両日を「事八日」といいます。
農事については12月8日が事納め、2月8日が事始めとなります。
反対に正月行事については12月8日が事始め、2月8日が事納めになります。
江戸時代には事八日に「御事汁(おことじる)」が食べられていました。
里芋、大根、人参、ごぼう、こんにゃく、あずき、くわいなどを一緒に煮て、味噌で味つけた汁ものです。

★10日【アロエヨーグルトの日】 森永乳業株式会社が制定
同社が日本で初めてヨーグルトにアロエ果肉を入れた商品を発売した日にちなんで。

★12日【明太子の日】 辛子明太子を全国に広めた前田海産株式会社が制定。
日本で初めて明太子という言葉が新聞に掲載された日(1914年)にちなんで。
マヨネーズと和えると味がマイルドになり食べやすくなりますね。
本日のサラダの具として献立に入れています。

★20日【鱈の日】
鱈が師走の魚であるため。
記憶力を高めるDHAやEPAという成分が多く含まれているので、
煮付や塩焼きにして旬のお味を堪能してください！

★22日【冬至】

1年のうち太陽の昇る時間が最も短い日が冬至です。
この日は1年の大切な節目として祝うしきたりがあり、南瓜料理や
ゆず湯などの習慣が今も残っています。この日に南瓜を食べると
風邪をひかない、ゆず湯は邪気をはらうなどと言われています。
皆様の健康を祈って、メニューにもこれらの食品を使用しています！

★24、25日【クリスマスイブ、クリスマス】

キリストの誕生を祝うクリスマス。
日本でも家族でご馳走を食べ、子供たちはサンタクロースが来るのを待ち、
馴染みの行事となっています。
ゆめの里でも華やかなご馳走を用意しています！
世界各地にはプッシュ・ド・ノエルやシュトーレンなど、
伝統的なクリスマスのお菓子があります。



切株を模したプッシュ・ド・ノエル



バターやドライフルーツを練り込んだシュトーレン
ドイツの伝統的なお菓子で日持ちがします。

・31日【大晦日】

1年間の最後の日です。今年も1年、お世話になりました。
大晦日の夜には除夜の鐘を聞きながら年越しそばを食べる習慣があります。
細くて長いそばの形から長く幸せに暮らせるようにとの願いが込められています。