



# 今日の給食

12月21日 ( 月 )



## 冬至にかぼちゃを食べると 風邪をひかない

12月21日は冬至です。  
冬至に栄養豊富なかぼちゃを食べると、風邪をひかないと言われていています。かぼちゃは、夏に収穫されますが、皮が堅いことから長く保存することができますので、冬になって野菜が少なくなったときに出してきて食べることができます。

ところで、「いところ煮」っておもしろい名前ですね。かぼちゃと小豆は「いところ」なのかな？これは、料理を作るときに、煮えにくいものから追々入れていくので、おいおいを甥甥、つまり「いところ」にかけたものだと言われていています。料理の由来もおもしろいですね。

