

令和7年度

1月

風邪に負けないように

野菜や果物を食べましょう！



13 (火) キーマカレー		14 (水) ごみ はそ ん汁		15 (木) ごみ はそ ん汁		16 (金) ごみ はそ ん汁		19 (月) ライスボールパン	
20 (火) 豆腐の みそ ん汁		21 (水) ご豚 は ん汁		22 (木) ごす ま はし ん汁		23 (金) マーボー 豆腐 丼		26 (月) 昆布と野菜の肉汁うどん	
27 (火) ごまちゃん ポタージュ ん		28 (水) ご地場産野菜の みそ汁		29 (木) き っ ね 丼		30 (金) ごみ はそ ん汁			

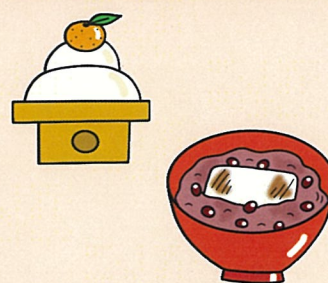
1月の食文化

1年の幸せを願った
様々な行事食が食べ
られています。



春の七草を刻んだ
おかゆを食べて、
正月料理で疲れた
胃を休め、1年の
健康を祈ります。

鏡開きのおしるこ



お正月の間お供え
していた鏡餅を下
げて食べる伝統的
な料理です。

小正月の小豆がゆ



小豆の赤い色に邪気を
払う力があると信じら
れていたため、厄除け
や無病息災を願います。

八潮市教育委員会