



献立予定表



Main table with columns for Date, Day, Dish Name, and Nutritional Information (Red, Green, Yellow foods, Energy, and Calorie Standard).

献立は材料等の都合により変更する場合があります。



冬至は、1年のうちで1番昼（日の出から日没まで）の時間が短く、夜が長い日です。...



かぼちゃ 冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないといわれます。...

あずき 赤い色が邪気（病気や災難を起こす悪いもの）を払うとされ、あずきを入れたおかゆや、かぼちゃとあずきを一緒に煮て食べる風習があります。

