



給食だより

2019年5月



さんいく保育園有明

新緑のさわやかな季節になりました。新しいクラス環境にも少しずつ慣れ、子どもたちの笑い声が保育園内に響きわたっています。

寒暖の差も少しずつ和らぎ木々の緑がひときわ鮮やかに、外遊びが楽しい季節となりました。これからの季節、汗をかくことが多くなりますので、十分な水分補給を心がけましょう。

給食では、季節とともに出てくる旬の野菜や果物等を多く取り入れる予定です。



◆さんいく保育園の食育◆

～5月の食育紹介～



さんいく保育園では子どもの食への興味に繋がるよう積極的に食育に取り組んでいます。今年度も食育を通し、子どもたちとともに様々な食体験ができることを心から楽しみにしています。今月は今年度初のクッキング保育を行いました。

2019年度のトップバッターは・・・ひつじ組・ろば組・はと組さん

ここで食育内容をご紹介します！！

幼児クラス合同でそら豆のさやむきをおこないました。そら豆は全体的に大きく硬かったのですが、みんなで力を入れて上手にむくことができました。そら豆は独特の匂いがして、子どもたちもくんとその匂いを嗅いでいました。むいたそら豆は、みんなのおやつになって、「やわらかいね」、「まあるいかたちだね」と話しながら、美味しくいただきました♡ ちなみに、うさぎ組さんたちも初めて(?)そら豆を見てビックリ！触ってさらにビックリ！と驚きの連続でした。



◆お知らせ◆



玄関横のサンプルケース上に食育カレンダーを掲示しています。今年度もその食育カレンダーを使用し、食育活動の様子を保護者の皆様にご紹介致します！春・夏・秋・冬と四季折々の食育活動を是非楽しんでご覧いただければと思います。

◆今月の行事食◆

5月5日 端午の節句

端午の節句は5節句のひとつで、男の子の節句です。この日は、家々にこいのぼりをたて、粽や柏餅などを食べて祝います。

★食べ物豆知識★

◆ 柏餅 (かしわもち) ◆

平安時代はもち米やくす粉を練って茅の葉に巻いたものでした。現在は、もち米やもちを笹の葉に包んで蒸したものをちまきと言います。病気や悪いことを追い払う力があるといわれ、端午の節句に食べるものとして中国から伝わりました。



◆ 粽 (ちまき) ◆

もち米を練って中にあんこを入れて、かしわの葉で包んで蒸したものです。かしわの木の葉は新しい芽が出るまで古い葉が落ちないとされます。「跡継ぎがいなくならない」という縁起の良いものとして、その葉で包んだおもちをこの日に食べるようになりました。



◆ お魚 ◆

鰯(ブリ)・鯉(カツオ)などが食べられます。ブリは大きくなるにつれて名前が変わる出生魚ということから子どもの出世を願う意味で好まれる食べ物になりました。



保育園では一足早く4月26日におやつの柏餅でお祝いしました！！

給食試食会へのご参加

ありがとうございました!

4月13日(土)に給食試食会を行い、ご飯、ミートローフ、ビーンズサラダ、春野菜のみそ汁、手作り梅干し、グレープフルーツの献立を試食していただきました。たくさんのご意見や感想をいただきありがとうございました。保護者の皆様にご協力いただいたアンケート調査は、今後の給食の参考とさせていただきます。

