

5月いただきますだよ！

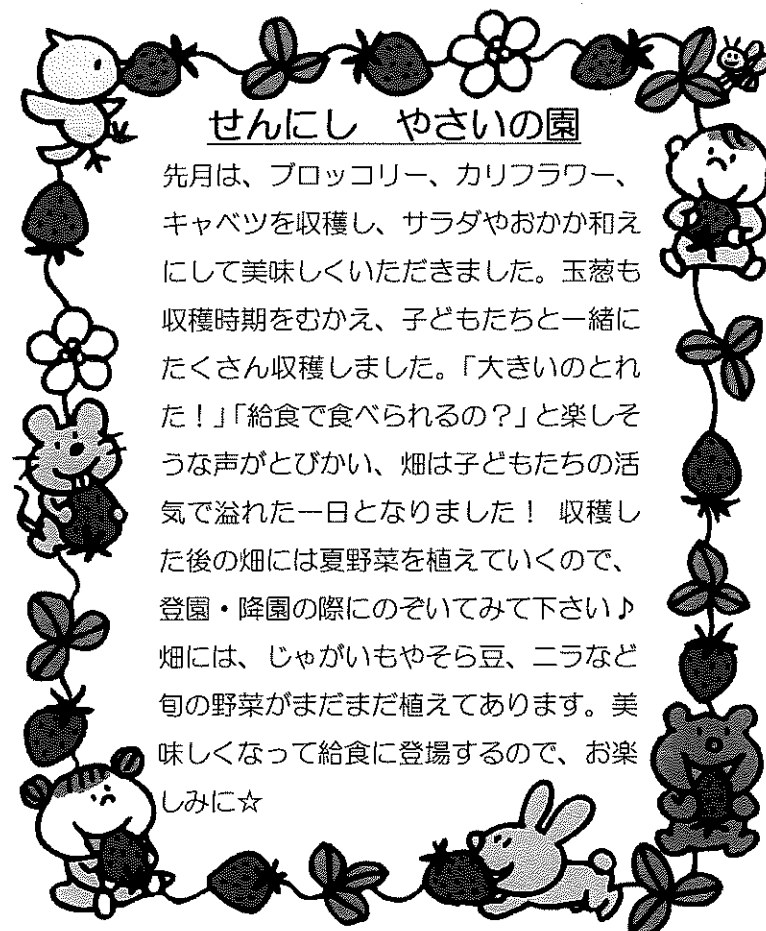
2023. 4. 28
せんにしのおか



いただきます・ごちそうさま
を知ろう！

新年度が始まり、あっという間に一か月が経ちました。はじめは緊張していた子どもたちも新しい環境に慣れてきたのか、先月より笑顔や楽しそうな声が増えたように感じます。「給食全部食べたよ！」「今日のおやつな～に？」と話しかけてくれることもあり、そんな子どもたちの笑顔を見ると「今日も美味しい給食を作るぞ！」と元気をもらえます。これからも、子どもたちが無理なく楽しく給食が食べられるようにサポートを続け、日々成長する姿を見守っていきたいと思います。

5月の食育テーマは『いただきます・ごちそうさまを知ろう！』です。日常生活で当たり前のように使っている言葉ですが、これらにはとても大切な意味が込められています。「いただきます」…様々な動物、植物には命があると考え、“それらの命をいただき、私たちの命に代えさせていただく”という感謝の意味が込められています。「ごちそうさま」…食事ができるまでには、食材を育てる人、収穫する人、運搬する人、調理する人など多くの人が関わっており、そんな人たちへの感謝の意味が込められています。毎日ごはんをいただくことは当たり前ではなく、たくさんの命やいろいろな人たちの手間がかかって、子どもたちの成長の糧になっています。食育を通して、子どもたちには「食べ物から栄養をもらって自分の体が大きくなっている」ということに気づいてもらい、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」が言えるようになってほしいです！
管理栄養士 高橋 志保



せんにし やさいの園

先月は、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツを収穫し、サラダやおかか和えにして美味しくいただきました。玉葱も収穫時期をむかえ、子どもたちと一緒にたくさん収穫しました。「大きいのとれた！」「給食で食べられるの？」と楽しそうな声かとびかい、畑は子どもたちの活気で溢れた一日となりました！収穫した後の畑には夏野菜を植えていくので、登園・降園の際にのぞいてみて下さい！畑には、じゃがいもやそら豆、ニラなど旬の野菜がまだまだ植えてあります。美味しくなって給食に登場するので、お楽しみに☆

☆5月の誕生日会メニュー☆

- 竹の子とニラのチャーハン
- 揚げ春巻き
- 旬野菜のバンバンジー
- 茹でアスパラガス
- パインアップル

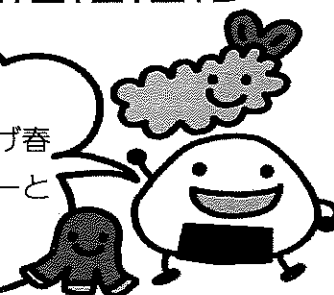
今月は中華メニューです。メインはパリパリ触感がクセになる揚げ春巻きで、その他旬の野菜を使ったメニューとなっています。お楽しみに☆

5月5日は『こどもの日』

「こどもの人格を尊重し、こどもの幸福を考え、と共に、母に感謝する」という趣旨で、国民の祝日になっています。こいのぼりを掲げたり五月人形を飾ったりして、力強く元気な子どもたちの成長を願います。かしわもちは子孫繁栄、ちまきには悪いものから守ってくれる力があるなど、ひとつひとつに意味があるので、子どもたちには行事を通して意味や由来などを知ってもらえると嬉しいですよ！

Q. どうして『こいのぼり』を飾るの？

「鯉」は、流れが速くて強い川でも元気に泳ぐ魚です。そんなたくましい鯉のように、「子どもたちが元気に大きくなるように」という願いが込められています。当園のこいのぼりも、気持ちよさそうにお空を泳ぎながら、子どもたちが元気いっぱい過ごせるように見守っています。



	行 事	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1	月	・わかどりのネギソースかけ ・じゃがいものオープンやき ・リャンパンサンスー ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・クラッカーサンド	・スキムミルク ・もちもちパン
2	火	・はるのたきごみごはん ・スナップエンドウのごまあえ ・さかなのみそやき ・バナナ ・にんじんのあまに	・ぎゅうにゅう ・コーンケーキ	・スキムミルク ・シュガーパイ
3	水			
4	木			
5	金			
6	土	・ポークビーンズ ・キャベツのレモンずあえ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・せんべい	・おちゃ ・こまつなのむしパン
7	日			
8	月	・うずみふう☆てりやきどん NEW! ちくわときゅうりのばいにくあえ ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・やさしいケーキ	・スキムミルク ・オートミールクッキー
9	火	・カレイのパンこやき ・ゆでブロッコリー ・やさしいカレーソーテー ・パイナップル	・ぎゅうにゅう ・くだもの	・スキムミルク ・マフィン
10	水	・ホイコーロー ・かにずあえ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・むしパン	・スキムミルク NEW! スイートポテトあうトースト
11	木	・やきさかな ・こまつなとひじきのあえもの ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・あられふ	・スキムミルク ・フルーツポンチ
12	金	・カレーライス ・ツナサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・ジャムパイ	・スキムミルク ・とうにゅうケーキ
13	土	・やきそば ・しおもみきゅうり ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・ふかしいも	・おちゃ ・レモンラスク
14	日			
15	月	・ブルコギ ・パイナップル ・かぼちゃのオープンやき	・ぎゅうにゅう ・サブレ	・スキムミルク ・マーメレードケーキ
16	火	・さけのちゃんちゃんやき ・バナナ ・そくせきづけ	・ぎゅうにゅう ・いちごむしパン	・スキムミルク ・グレープゼリー
17	水	NEW! ・とりのノルウェーふう ・ブロッコリーのコンソメあえ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・くだもの	・スキムミルク ・まっちゃおぐらむしパン
18	木	飛行船④⑤ ・マーボーどん ・バナナ ・こまつなのナムル	・ぎゅうにゅう ・バナナトースト	・スキムミルク ・チョコチップクッキー
19	金	・さばのしおやき ・わふうサラダ ・オレンジ ・ごもくきんぴら	・ぎゅうにゅう ・ビスコ	・スキムミルク ・マーラカオ
20	土	・いためビーフン ・かえりのごまがらめ ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・ホットケーキ	・おちゃ ・フルーチェ
21	日			
22	月	・オムレツ ・さつまいものグラッセ ・やさしいソーテー ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・いちごクリームパン	・スキムミルク ・シスコーククッキー
23	火	・さかなのさいきょうやき ・きりぼしだいこんのサラダ ・バナナ ・ブロッコリーのおかかあえ	・ぎゅうにゅう ・せんべい	・スキムミルク NEW! ・グラタントースト
24	水	・とりにくのトマトにこみ ・コーンとチンゲンサイのソーテー ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・あべかわマカロニ	・スキムミルク ・ピーチゼリー
25	木	誕生日会 ・タケノコとニラのチャーハン ・しゅんやさいのバンバンジー ・ゆでアスパラガス ・パインアップル ・あげはるまき	・ぎゅうにゅう ・くだもの	・スキムミルク ・りんごケーキ
26	金	・さかなのさざれやき ・キャロットグラッセ ・コールスロー ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・おぐらケーキ	・スキムミルク ・アーモンドパイ
27	土	・とうふのふくめに ・こまつなのひたし ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・フライドポテト	・おちゃ ・コンソメポップコーン
28	日			
29	月	・とりのカレーやき ・ゆでスナップエンドウ ・シーザーサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・クッキー	・スキムミルク ・チョコレートケーキ
30	火	・さかなのてりやき ・だいこんとあつあげのもの ・バナナ ・なっとうあえ	・ぎゅうにゅう ・パンプキンケーキ	・スキムミルク ・ピザトースト
31	水	・レバーのごまみそあえ ・かぼちゃのオープンやき ・はるさめサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・シュガーパイ	・おちゃ ・カルピスヨーグルト

※材料などの都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。