



はらぺこ



令和4年度
石井手保育園
給食だより
5月号

5月5日こどもの日

5月5日は端午の節句です。こいのぼりをたてて武者人形を飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べます。それぞれの食べ物には、子どもたちの健康や将来への願いが込められています。



ちまき

ちまきには、病気や悪いことを払いのける力があるとされることから、災いが降りかかってこないようにと 願いが込められています。



かしわもち

柏の木の葉は、新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、「跡継ぎが絶えない」「子孫繁栄」の縁起物とされ、健やかな成長を願って食べられてきました。



しょうぶ湯

その名が「尚武（武芸にいそしむ）」にも通じる薬草のショウブの葉をお風呂に入れて健康を願います。



☆ 5月2日（月）こどもの日のつどい ☆

この日の給食は、こいのぼりランチです。
中華おこわ、こいのぼりハンバーグ、コロコロサラダ、
春雨スープです。すみれ、ゆり、ふじ組は
主食はいりません。



献立表より

★旬の食材★

- 野菜・・・そら豆、じゃがいも
- 魚・・・かつお、さわら
- 果物・・・いちご、夏みかん

経験させたい食育

- 朝ごはんを食べよう
- そら豆の皮むき
(ふじ組にむいてもらいます。)



食事マナーについて

楽しくおいしい食事をするためには、正しい食事マナーを身につけることが大切です。食事マナーが悪いと、本人に悪気がなくても周りの人を嫌な気持ちにさせてしまうこともあります。

食べ方を見ればその人の人柄がわかるとも言いますし、基本的な食事マナーは小さいときから身につけたいものです。子どもは大人の真似をします。大人がよいお手本となってあげましょう。



食事中に こんなことしていませんか？

次のうち、あてはまりものにチェックをしましょう。

- 音をたてて食べたり、口の中に食べ物が入ったままおしゃべりしたりする。
- 食事中に大声で話したり、ふさわしくない話をしたりする。
- 食事中に席をたったり、遊んだりする。
- ひじをついて食べる。
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていない。

「いただきます」「ごちそうさま」の意味
様々な動植物の「命をいただきます」という意味と、食材を育てる人、運搬する人、調理する人など、たくさんの人への感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」を言いましょう。