

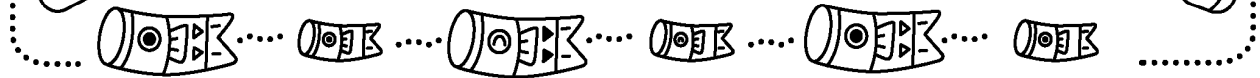
給食だより



たんご 5月5日は“端午の節句”



5月5日はこどもの日・端午の節句です。そもそも「節句」とは季節の節目に無病息災や子孫繁栄などを願ってお祝いする行事です。柏餅やちまきを食べる風習もあります。柏の葉は、新芽が出るまで葉が落ちないため、子孫繁栄の意味があり、柏餅が端午の節句にふさわしい演技のよい食べ物となりました。



食べ方のお手本



背筋を伸ばしましょう。



お茶わんをきちんと持ちましょう。



はしを正しく使いましょう。

食事マナー

きれいな食べ方は、周囲の人に対しての食事マナーでもあります。



ひじをつかない。



食べこぼさない。

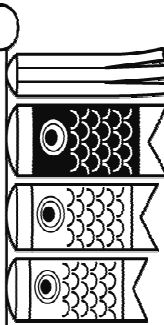
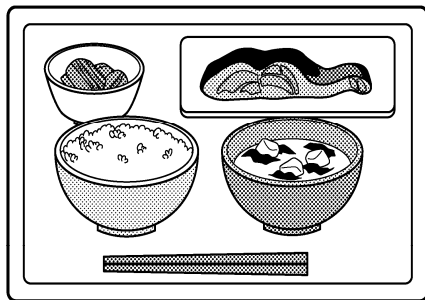


立ち歩かない。



音を立てて食べない。

正しく配ぜんしよう！



左にご飯 右に汁物



一汁三菜。和食の基本的な並べ方です。栄養バランスも考え、一汁三菜が和食の基本であり、理想的な食卓になります。左側にご飯、その右に一汁である汁物を並べます。日本古来の伝統で左側に重要なものを配置するという「左上位」の考え方から、主食のご飯を「左」に配置しています。



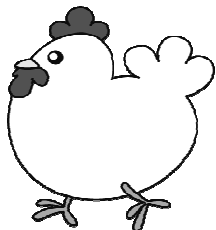
園での給食

子供たちが濃い味に慣れすぎないように、また食材自体の持つおいしさを味わってもらうために、だしや風味を活かしながら、美味しい給食を出していきます

園では色々な野菜、果物を育てており、給食にも度々登場しています。4月にはほうれん草がたくさんとれたのでリンゴと一緒にホットケーキに入れておやつにも登場しました☆今後も給食、おやつにたくさん取り入れていきます。



21日に、たけのご堀りを行いました(∇∇∇)
「僕、大きいのとったよー！」「私、三本とったー！」など、皆楽しそうにたけのこを掘っていました。収穫したたけのこで、たけのごはんを作りました。「僕、食べてしまったよー！」など、皆よく食べていました。



※カレーや丼物の際はスプーンを持たせてください。ご飯も白米を持たせてください。麺の時はご飯の量を少なめでお願い致します<(_)_>

