



令和6年5月1日

市川梨の花保育園

給食だより

暖かい日が増え、園庭の木々や花たちが美しくさわやかな季節になってきました。子供たちは新しいクラスにも慣れ、毎日笑顔で給食の時間を楽しんでいます。ゴールデンウィークになり保育園が休みの日も多く、生活のリズムが乱れ体調を壊しやすい時期です。規則正しい生活を心がけ疲れが出ないようにしましょう。

## お弁当作りのポイント

5月31日（金）はお弁当の日です。お弁当作りのポイントをご紹介します。

☆好きなメニューを入れてあげましょう

「子供が食べたい」と思うおかずが一番。

☆お弁当を詰める量は少なめにしましょう

「全部食べられた！」の気持ちを大切に。

☆おかずは一口サイズにしましょう

慣れないお弁当箱をもって食べます。食べやすいサイズに。

☆しっかり加熱調理し、傷みやすい食材は気を付けましょう

かまぼこやハムの加工食品は特に気を付けましょう。



子供たちも楽しみにしています。ご協力をお願いします。

給食目標



## 5月給食・食育活動



園全体「食事のあいさつをしよう」「しっかりイスに座って食べよう」

食事の尊さと食べられる事への感謝の気持ちを込め、挨拶できるように伝えます。

まっすぐにイスに座ってきれいな姿勢で食べられるように伝えていきます。

◇5月 2日（木）おひさま集会

今月の絵本給食や行事食のお話をします。

◇5月 14日（火）絵本給食 「14ひきのあさごはん」

おやつにきのこスープが出ます。

◇5月 16日（木）クッキング（ぞう組）

自分だけのサンドウィッチを作ります。

◇5月 22日（水）食育イベント（うさぎ・きりん・ぞう）

調味料の食べ比べをします。

◇5月 24日（金）お誕生日会



食育だより

今月の食育では、そう組さんが給食室のお手伝いとして“たけのこの皮むき”をしてくれました！

子どもたちはグループごとに分かれ、丁寧に皮むきを進めていました。たけのこを触ってみて「皮が少しもふもふしてる！」「中身は白っぽいんだね！」と楽しそうに感想を話してくれました。



とても上手に皮むきをしたたけのこは、翌日の給食で『たけのこご飯』として提供しました。お昼の時間にランチルームを覗いてみると、子どもたちは自分で皮をむいたたけのこを美味しく食べていました！

皮をむいたたけのこ



たけのこご飯



ランチルームの様子



ぜひ機会があればおうちでもたけのこの皮むきに挑戦してみてください♪

