

～食べることは、人とつながり 生きること～

給食たより

箕面保育園 給食室 2021年度 5月号 No.73

新年度になり、1か月が経ちました。毎日給食を食べ、おともだちとたくさん遊ぶ中で少しずつ園での生活に慣れてきたことだと思います。

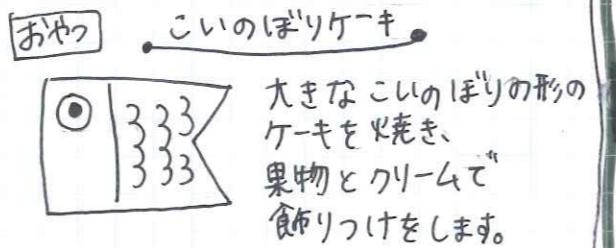
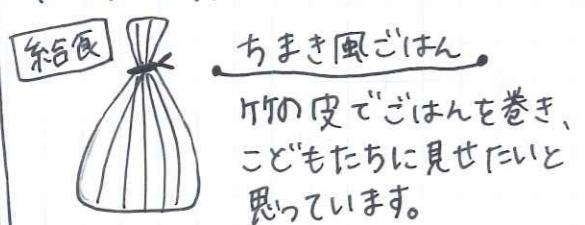
保育園では栽培活動に取り組んでいます。ひまわり組では、「葉って何だ?」と子どもたちと話をして、ねぎやみつば、ハーベリを育てていますよ。園庭で育てているえんどう豆は収穫時期を迎えるました。子どもたちが収穫し、塩ゆでにして味わいましたよ。“じぶんで”収穫することでより特別な食べ物になります。これたてをすぐに味わうことで“食べたい気持ちが膨らんでいますよ。



こどもの日

とは... こどもの健やかな成長を願う日です。

こどもの日には古くから、柏もちやちまきを食べる文化があります。柏もちには『子孫繁榮』、ちまきには『無病息災』の願いが込められています。こよみ上では5/5ですが、保育園では5/8にこどもの日のメニューを作りますよ。子どもたちの健康と成長を願うとともに、日本の食文化をつなげていきたいと思っています。

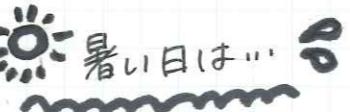


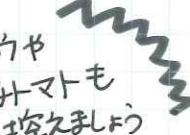
おべんとう つくりかた ポイント

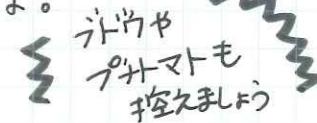
5月のお弁当は、1日(土)です。これから季節は、温度が高い日も増えて汁っぽい気候となり、暖かい日も増えてきます。今回の給食よりでは、暑い時期のお弁当の気をつけるポイントや、子どもたちの食べやすいお弁当づくりについて、紹介します。



- ごはんはおにぎりにすると、自分で食べやすくなります。乳児の子どもたちは、つまんで食べられる小さなおにぎりがオススメです。海苔は、うまく噛み切れず飲みこんでしまう恐れがあるので、大きさには注意しましょう。

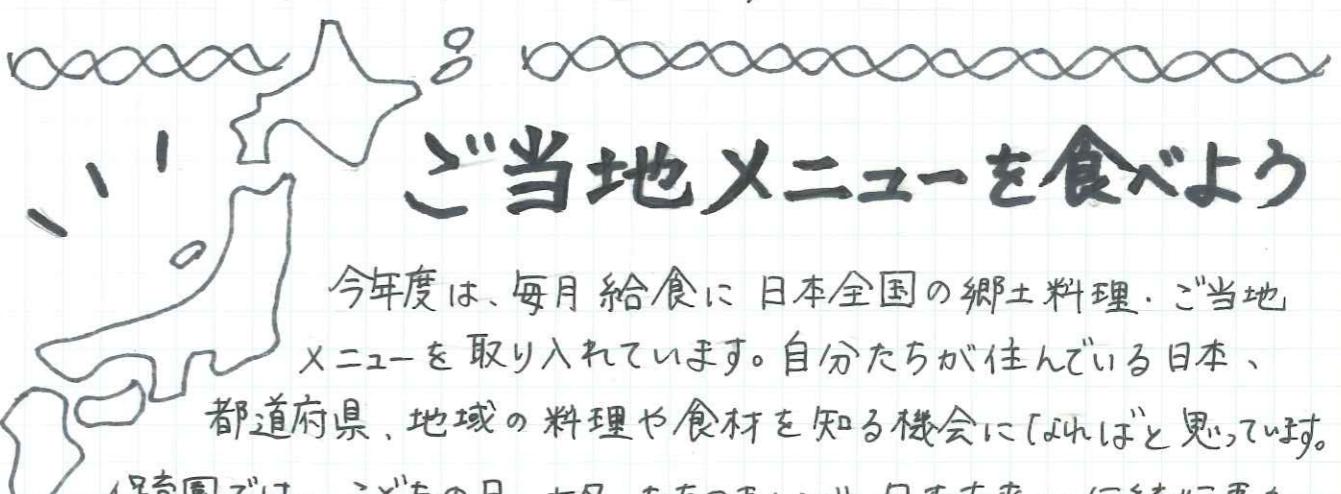


- おにぎりを真ん中に、おかずを横につめると、バランスよくつめることができますよ。

- お弁当が、十分に冷めてからフタをする。

- 手には数多の菌がいると言われています。おかずをつめる時も、素手は控えましょう。
- おかずは、水気のあるものを避ける。(半熟卵や、煮物など…)

毎月、お弁当のご協力ありがとうございます。お母さん、お父さん自慢のおかずレシピなどあれば、アカート用紙も玄関に置いてますので、ぜひ教えてくださいよ



今年度は、毎月給食に日本全国の郷土料理・ご当地メニューを取り入れています。自分たちが住んでいる日本、都道府県、地域の料理や食材を知る機会にしようと感じています。

保育園では、こどもの日、七夕、もちつきなど日本古来の伝統行事を知ることも大切にしています。給食でも同じように、食文化の歴史や、伝統に触れ、「食べてみたい」思いや、様々な料理への興味関心につなげていけたらと感じます。

5月のご当地メニューは 大阪 !! お好み焼きです