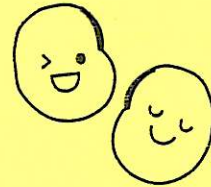


給食だより

平成23年5月1日 会津報徳保育園

太陽の光が力強さを増し、新緑が鮮やかな5月になりました。この時期、新じゃがいも・新たまねぎ・グリーンアスパラガス・たけのこ・セロリなど、みずみずしい春野菜が軟らかさと、甘みを出して美味しくなります。冬の間エネルギーをしっかりとためこんでいるので、体の新陳代謝をさかんにする「旬の気」のエネルギーがいっぱい詰まっています。ご家庭でも、香り豊かな春野菜を存分に味わってみるのも良いでしょう。



食育活動♪

4月13日 午後のおやつ・・・おにぎり

もも組さんは、今日が初めてのおにぎり作りでしたが、先生の作り方をきちんと聞いて、みんな真ん丸のおにぎりが上手に出来上がりました。たんぽぽ組とさくら組さんでは、「先生！！おかわりー！」という声がたくさん聞こえてきました。自分でにぎったおにぎりは、ひと味違うようです。

4月19日 午後のおやつ・・・フルーツサンド

さくら組さんには、ホイップクリームと果物が混ざったクリームを、ロールパンにはさむ作業をしてもらいました。各テーブルごとに順番にはさんでいきました。クリームをこぼさないように気をつけているところを見ると、さすがさくら組さん！という感じでした。みんなの作ったフルーツサンドはとっても美味しそうでした・・・。



☆お手伝い活動の目安☆

子どもが食事の準備のお手伝いをする年齢の目安として、次の段階が挙げられます。

- (3歳児) おはしやお茶碗、お皿、コップなどの簡単な配膳
- (4歳児) 自分の分の、食事の盛り付け
- (5歳児) 家族みんなの盛り付けと配膳

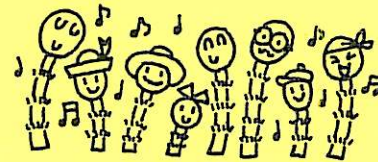
* 保育園の給食の時間にも、もも・たんぽぽ・さくら組は配膳当番をしています。ご家庭でも出来ることから少しずつ、食事に触れる機会を作りましょう。*



今月の目標
みんなで楽しく
食べましょう

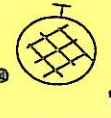
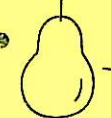


- 今月の予定
- 3日 憲法記念日
 - 4日 みどりの日
 - 5日 こどもの日
 - 13日 お誕生会



みんなのからだは 何でできている？

人間のからだは、食べ物を元につくられます。調理する食材や、選ぶ食べ物には特に気をつけたいものですね。また、子どもみずからに「自分のからだをつくる元は目の前の食べ物なんだ」ということを、知らせてあげましょう。あそび食べや好き嫌いなど、悩みを解決する糸口になるかもしれません。



5月5日は端午の節句

5月5日のこどもの日には、家々にこいのぼりを立てて、武者人形を飾り、ちまきや柏餅を食べてお祝いします。よもぎやしょうぶを邪気払いのまじないに用いることも、実は中国から伝わってきた風習だそうです。

☆ 保育園でも、5月2日に柏餅でお祝いします。



☆ 材料の都合により献立が変わることがあります。