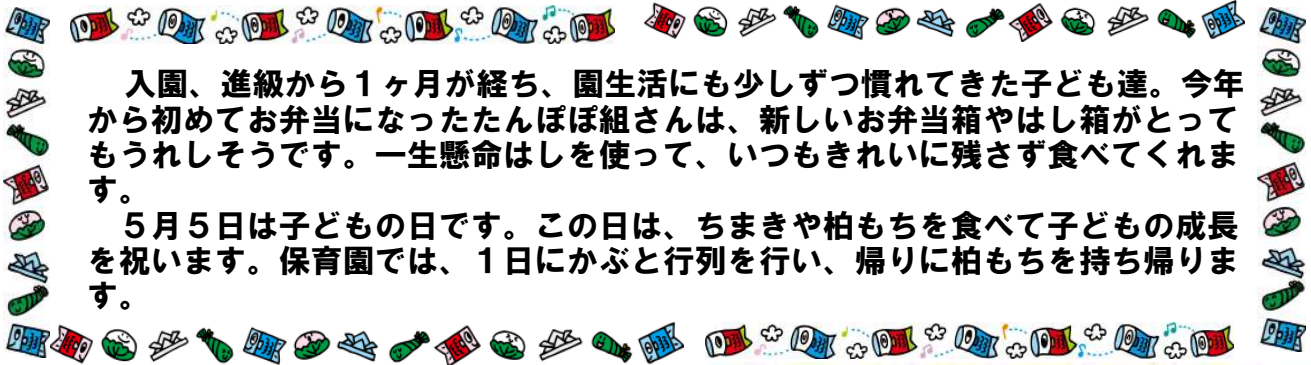




給食からのおたより



5月号 面川報徳保育園



入園、進級から1ヶ月が経ち、園生活にも少しずつ慣れてきた子ども達。今年から初めてお弁当になったたんぼ組さんは、新しいお弁当箱やはし箱がとってもうれしそうです。一生懸命はしを使って、いつもきれいに残さず食べてくれます。

5月5日は子どもの日です。この日は、ちまきや柏もちを食べて子どもの成長を祝います。保育園では、1日にかぶと行列を行い、帰りに柏もちを持ち帰ります。

よくかんで食べよう

よくかむと・・・

- ①食べ物のおいしさを感じます。
- ②かむとだ液が出て、食べ物の消化を助けます。
- ③だ液に含まれるホルモンが頭の働きをよくします。
- ④歯やあごの骨を育てます。
- ⑤言葉の発音がはっきりするようになります。



柏もちの由来

柏は新芽が出ない限り古い葉が落ちないことから、家が絶えない、後継者が絶えることがないという縁起のいい木として考えられてきました。柏の葉は香りが強いので、邪気をはらうといわれています。



ミニレシビ揚げ出し豆腐

材料（子ども4人分）

- 高野豆腐・・・2枚
- 片栗粉・・・適量
- しょうゆ・・・8cc
- 砂糖・・・4g
- 水・・・適量

作り方

- ①水で戻した高野豆腐を食べやすい大きさに切る。
- ②片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ③鍋に水、しょうゆ、砂糖を入れて煮立たせる。
- ④揚げた高野豆腐を鍋に入れ火にかけて、とろみが出たら出来上がり。

今月の給食目標

みんなで楽しく
食べましょう！



今月の予定

- 8日（土）よもぎ餅パーティ
- 14日（金）お誕生会
- 29日（土）山登り

・よもぎ餅パーティ、お誕生会は、お弁当包みに箸だけを包んで持たせて下さい。山登りについては、お便りをご覧ください。

