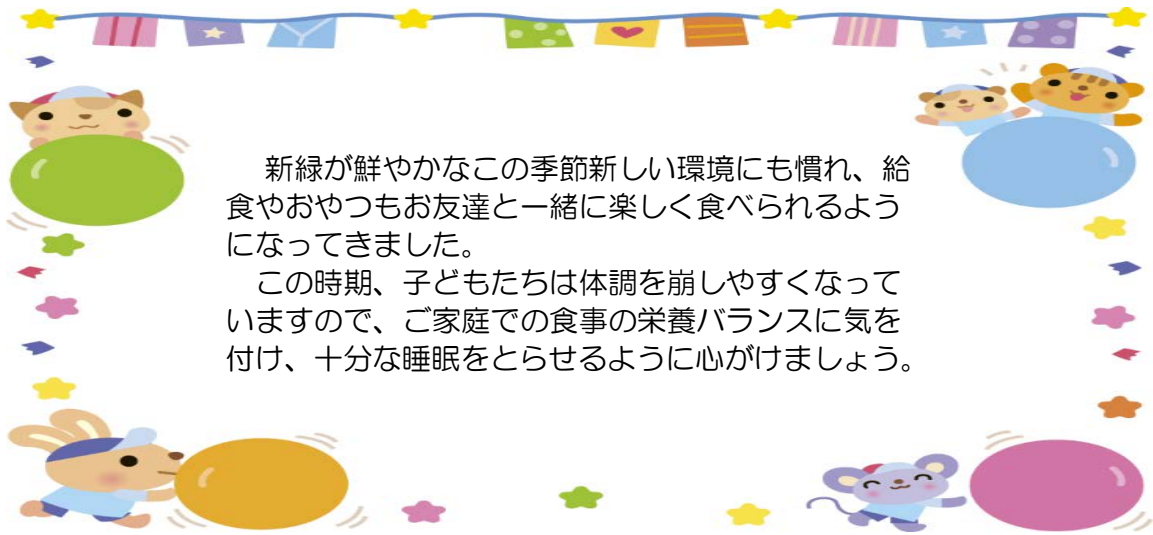


# 5月 給食だより

平成28年 5月1日 発行  
面川報徳保育園  
分園大戸報徳保育園  
第 2 号



新緑が鮮やかなこの季節新しい環境にも慣れ、給食やおやつもお友達と一緒に楽しく食べられるようになってきました。

この時期、子どもたちは体調を崩しやすくなっていますので、ご家庭での食事の栄養バランスに気を付け、十分な睡眠をとらせるように心がけましょう。



## ミニレシピ 五目納豆

### 材料(子ども4人分)

納豆・・・1パック  
長ねぎ・・・1/2本  
人参・・・1/2本  
ちくわ・・・1袋  
卵・・・2コ  
チーズ・・・50g  
しょうゆ・・・適量

### 作り方

- ①人参・長ねぎ・ちくわはみじん切りにし、チーズはサイコロ状に切る
- ②たまごを炒り卵にする
- ③①を炒める
- ④②・③と納豆を混ぜ合わせる
- ⑤しょうゆをお好みに合わせてかければ出来上がり！



## 端午の節句



5月5日は、「子どもの日」です。子どもたちが明るく健康に育つようにと願いが込められています。

この日、柏餅や笹団子、ちまきなどを食べて子どもの成長発達を祝う風習が昔から地方の文化として伝承されています。

保育園でも柏餅をお持ち帰りします。また、行事としてかぶと行列を行い、子どもたちの健やかな成長を祈ります。

