



給食だより



令和8年度 塩山愛育園

園庭から子ども達の元気な声が5月のさわやかな風に乗って聞こえてきます。緊張がほぐれ、たくさん遊んでお腹が空くのか、「今日の給食なあに？」と声をかけてくれる子どもたちがたくさんいます。だんだん気温も高くなり、汗もたくさんかきますので、水分補給をこまめにしましょう。体調が万全ではないときは無理をせずゆっくり休み、少し回復してきたらうどんや消化の良いおかゆなどから食べ始めましょう。



おもしろせ



- ◆ 5月1日 こどもの日給食
※完全給食となりますので、以上児さんは主食はいりません。
- ◆ 5月25日 以上児遠足 未満児★お子様ランチプレート

こどもの日給食メニュー

- ・たけのこごはん
- ・こいのぼりハンバーグ
- ・ブロッコリーのおかか和え
- ・さつま芋フライ
- ・すまし汁



午後おやつ
こいのぼりクッキー

お子様ランチプレート

- ・ロールパン(ジャムサンド)
- ・からあげ
- ・マカロニサラダ
- ・みそ汁



午後のおやつ
チーズクッキー

◆旬の食べ物とは？◆
『野菜の旬』を知っていますか？栽培技術が進み、一年中食べられる物が多くなっていますが、旬の野菜にはたくさんの栄養と美味しさが詰まっています。給食でも旬を感じてもらえるように、素材選びに工夫をしています。子ども達にもぜひ伝えて行きたい食育の一つです。

◆5月の旬の食べ物◆
カツオ・あじ・さわら・しらす・わかめ・もずく・アスパラガス
新じゃがいも・新玉ねぎ・そらまめ・スナップエンドウ・いちご・びわ・さくらんぼ など

はしを持つ練習をしましょう

園では、3歳ごろからはしを使い始め、正しく持てるように取り組んでいます。まずはスプーン・フォークが正しく持てるようになることが、正しくはしを持てるようになる近道です。
焦らずゆっくり練習しましょう。

- ① はしを1本鉛筆を持つように持ち、上下に動かしてみましょう
- ② もう1本のはしを、①の下に入れて、親指の付け根に挟み、薬指の第一関節と中指の先で支えましょう。
- ③ はしを2本のうち、下のはしは動かさず、上のはしを上下に動かしましょう。



◆食べ物なぞなぞやってみよう◆
ごはんをたくさんたべるとでてくるパイってなあに？

A.おなかいいかい

