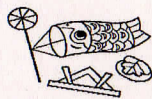
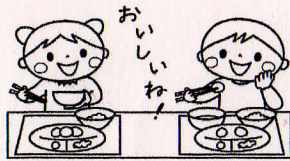


きゅうしょくだより 5月号



上北台こひつじ保育園 2018年5月1日(火)

新しい環境の中で緊張していたお友達も少しずつ慣れてきて落ち着いて給食を食べている様子がみられています。給食の時間が楽しみになるような声かけや献立作りをしていきたいと思ひます。



今月の給食の行事食・食育

- ・こどもの日メニュー 7日
- ・食事マナー・正しい箸の持ち方(幼児) 8日
- ・グリーンピースの鞘取り(ひまわり組) 8日
- ・そら豆の鞘取り(ゆり組) 14日
- ・誕生会メニュー 18日



<今月の食育目標>

- 0歳児・・・保育園の食リズムに慣れる
- 1歳児・・・食べる事を楽しむ
- 2歳児・・・スプーン・フォークの正しく持って食べるよう心がける。
- 3歳～5歳児・・・箸を正しく持って食べことを意識する。

旬の食材

たけのこ、アスパラガス、新ごぼう、わらび、ぜんまい、ふき、いちご、かつお、いさき



端午の節句 5月5日

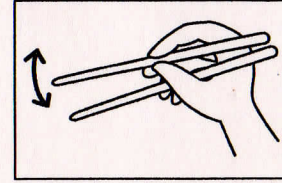
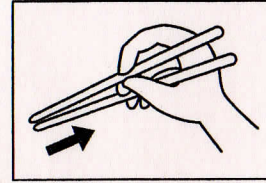
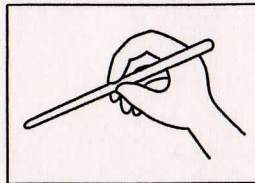
端午の節句は男の子の成長を祝う節句です。この日が近くなると家々にこいのぼりを立て、ちまきや柏餅を食べてお祝ひします。

●柏の葉・・・新芽がでないと古い葉が落ちないという特徴があるので「家系が絶えない」という縁起に結びつけ、「子孫代々繁栄するように」と願ひを込めて食べるようになったといわれています。



★はしの正しい持ち方の練習をしましょう

- ①えんぴつを持つように、親指、人差し指、中指ではしを1本持つ。
- ②下のはしを差し込み親指の付け根と薬指の第一関節で支える。
- ③人差し指と中指を使って上のはしを上下に動かす。(親指や下のはしを動かさない)



兜のチーズ揚げ

- 春巻きの皮・・・5枚
 - ジャガイモ・・・大1個
 - 牛乳・・・・・・・・50cc
 - バター・・・・・・小さじ1
 - とろけるチーズ・・・適量
 - (a) 水で溶いた小麦粉・・・適量
 - 揚げ油・・・・・・適量
- ①じゃが芋は茹でて粉吹きにし、潰したらバターと牛乳を加えて弱火で練り、つきたての餅状にする。
 - ②春巻きの皮で折り紙の兜を折る。
 - ③aで折り上げたところを止める。
 - ④最後のひと折りの前に兜の中に①とチーズを入れて中へ折り込む。
 - ⑤油が適温になったところできつね色に揚げてできあがり。