

給食室の窓から

2024 5

入園・進級から1ヶ月が経ちました。

子ども達も新しい生活に慣れてきたと同時に、疲れもでてくるころではないかと思います。環境が変わり生活のリズムが乱れると体調も崩しがちです。

規則正しい生活を身に付けていくために「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう！

バランスのいい朝食を摂取できるのが理想ですが、朝食を食べずに登園すると生活リズムが崩れてしまいます。忙しい朝ですがバナナやおにぎりなど簡単な物でも食べて登園しましょう。



5月5日は子どもの日です



子ども達の幸せを願い、健やかな育ちを祝う日です。

子どもの日に食べると良いものと由来です。ぜひご家庭で召し上がってください！



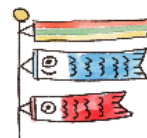
・ちまき…悪病災難を除くといわれています。

・柏餅…柏の木は新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、子孫が代々栄えるようにという願いが込められています。

保育園では、5月2日のおやつに柏餅風おこわが出ます！お楽しみに🍣！

・ブリ…ブリは成長によってハマチ→サワラ→ブリと名前が変わることから出世魚であり、縁起が良いとされています。

食べ物ではないですが、中国では香りが強い菖蒲は邪気を払う植物として扱われてきました。そこから子どもの日にしょうぶ湯にも浸かると厄や災いを遠ざけてくれるといわれています。ぜひ浸かって下さい！



🍣5月のお誕生日インタビュー🍣

今月のインタビューは、ひまわり組、男の子の単独です。インタビュー当日、担任の先生から献立きまったの？と聞いてみたら「決まったよ！考えてきたよ！」何にするの？「イチゴのショートケーキ」ケーキだけ決まっているみたいだから、具体的に食事で何が食べたいか聞いてみてとお話がありました。インタビューをしにクラスに行くと、「手拭き終わったらインタビューできる！」とニコニコしていました。お誕生日インタビューのピンクのソファに座りインタビュースタート！何が食べたいか決まっている？と聞いてみると「うん。」パンとごはんどっちが好き？「パン！ぶどうパン」パンが好きなんだね。スープかみそ汁か汁物は何が好き？「わかめスープ」お肉かお魚は？「豚肉のしょうが焼き」えっ？パンに豚肉のしょうが焼き？「パンにはさんで食べると美味しいよ」と教えてくれました。本人が考えた好きな献立にしてあげたい気持ちと、バランスを考えると、、、、、、。鶏肉は好き？「豚肉が好き」豚のガーリック焼きでもいい？パンにも合いそうじゃない？「うん。いいよ！」と納得してくれました。お野菜は何がいい？「マカロニサラダ」「ケーキはショートケーキ」ジュースは？「リンゴジュース」と決まっていなかったとは思えないくらいしっかりと好きな物が決まっていたと驚きました。担任に献立が決まった報告をすると、誕生日会は「春巻き丼じゃなきゃダメなのかと思ってた」と本人が言っていたから、色々考えたんだと思うよと話してくれました。

今年度は大人気の春巻き丼を抑えて色々な献立がでてくれて嬉しい気持ちにもなりました。

5月生まれのお友達お誕生日おめでとうございます☆