

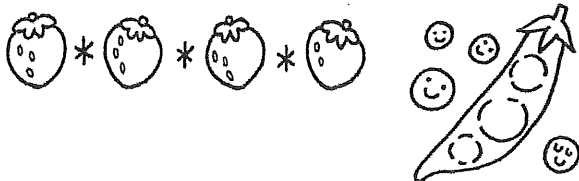
入園、進級から一か月が経ちました、登園時、給食室を興味深そうに覗き込んでいた子どもたちも、今では笑顔で手を振ってくれます。各クラスの先生から「今日はたくさん食べましたよ!」「野菜は苦手だけど、みんな魚はよく食べます。」と、その日の給食の様子を聞くのがとても楽しみで、励みにしています。毎月変わる献立には、旬のものや「行事食」など季節の味を大切にしたものや沢山取り入れていますので、どうぞお楽しみに♪

～5月の旬の食材～

- ・春キャベツ・・・秋ごろに種をまき3～5月ごろに旬を迎える、葉が柔らかくキャベツの甘みとシャキシャキとした触感が楽しめます。
- ・新玉ねぎ・・・春先だけ出回る早生種のことで、やわらかく辛みが弱い。血液をサラサラにする効果があり、抗菌作用もあるで風邪の予防にも役立ちます。
- ・いちご・・・肌荒れや疲労回復に良いとされているビタミンCが豊富に含まれています

いちご狩りに行ってきます～

5歳児そら組のみんなで、いちご狩りへ行き、収穫したいちごを使って、ジャムにします。ヘタ取りのお手伝いをそら組にしてもらって、給食調理員がジャムを作り、おやつ時間に提供します。手作りのいちごジャムの、優しい甘さが、毎年好評です。また、豆ごはん用のえんどう豆のお手伝いも予定しています♡



5月 端午の節句

田植えの時期で季節の変わり目でもあることから菖蒲やヨモギを使った厄除けの行事が行われていました。この日は、鯉のぼりを立て、武者人形を飾り、菖蒲をお風呂に入れる風習があります。

菖蒲湯の作り方は意外と簡単!

5月5日ごろになるとスーパーや八百屋さんやに並ぶ、菖蒲を10束ほどまとめ湯舟につけるだけで完成です～

