

5月給食だより

2025年度

新しい生活にも少しずつ慣れて、給食の時間も楽しめるようになってきたころかと思います。楽しい食事時間の中で、好き嫌いなくいろいろな食材を食べて、元気いっぱいに過ごしましょう。

5月の食育の予定

【ひよこ】【あひる】

5月は実施しません

【うさぎ】

15日木曜日 アスパラガスをさわろう！

【ひつじ・ろば】

8日木曜日 野菜スタンプ

27日火曜日 バターづくり

【はと】

7日水曜日 野菜や果物の重さ比べ



食育活動について

食育活動を通じて、食に関する興味・関心を育てます。幼児クラスからはクッキング保育を実施し、食べる楽しみを味わってもらえるような活動を考えています。

◆どんな食育活動を行っているの？

玄関横のサンプルケース上に食育カレンダーを掲示しております。春夏秋冬と四季折々の食育の様子をぜひご覧ください。

（現在掲示している様子が24年度の活動になります。）

また、過去数年の食育活動について玄関横、ピンクのファイルにまとめてありますので、そちらも合わせてご覧ください。

◆今月の食育の様子を知るには？

玄関横に今月の食育活動の様子を随時、更新して掲示しております。4月はうさぎ組じゃがいもを触ろう！、ろば・ひつじ組キャベツをむこう！/グレープフルーツを観察しよう！はと組アスパラガスの観察画のようすを掲示中です！



さんいく保育園有明
管理栄養士

春を味わおう！



- ★春キャベツ・・・みずみずしくてやわらかく、ビタミンCが豊富
- ★新玉ねぎ・・・肉厚でやわらかく、みずみずしいのが特徴
- ★たけのこ・・・食物繊維が豊富で、便秘予防・肥満防止の効果あり
- ★新じゃが・・・皮が薄く、全体に張りがあるものがおすすめ
- ★グリーンアスパラ・・・アスパラギン酸が豊富に含まれ、血圧低下、免疫力増強、疲労回復に役立つ

5月の献立



<5月2日 こどもの日献立>

ちまき風おこわ・かつおの竜田揚げ・若竹汁

→給食では竹の皮で包まず、おこわのちまき風で提供します

<おやつ こいのぼりパイ>

こいのぼりをイメージしたかわいいパイです

給食献立について

毎月の献立表は、前月末に配信および配布しております。納品等の事情により、献立内容に変更がある際は、玄関横の掲示にてお知らせ致します。

当日の給食については、玄関横にて見本ケースにて展示しております。今日は何を食べたかな？どれくらいの量なのかな？等を知ることができます！お帰りの際にぜひご覧ください。

