



5月きゅうしょくだより

令和3年度5月分 小山保育園



【5月のテーマ】 給食の約束
【食育目標】○食前は、よく手を洗う
○食前食後のあいさつをする

風薫るさわやかな季節になりました。

入園、進級して一か月が過ぎ、少しずつ新しい園生活に慣れてきたことと思います。

しかし、5月の連休明けは後戻りするかもしれません。お家でも生活のリズムを大切に、体調を整えて元気に登園しましょう。



★食前食後のあいさつ ～感謝の気持ち～

私達は、さまざまな動物や植物の命をいただいています。

「いただきます」「ごちそうさま」、

- ①自然の恵み（動物や植物の命）に感謝すること
- ②食事の準備にかかわった人たちへ感謝すること
- ③今日も食べ物を十分に食べられるという幸せに感謝すること

など、たくさんの感謝の心を表しています。元気に大きな声であいさつをし、食事をいただきましょう。



★手を洗いましょう

「手洗い」は、感染症や食中毒の予防の基本です。手を水にぬらしただけでは、きれいになりません。

せっけんをつけて、手のひらだけではなく、手の甲、指と指の間、爪先、手首もよく洗いましょう。

トイレの後、外遊びや砂遊びの後、犬・猫・鳥などの動物を触った後、食事やおやつを食べる前には、しっかり手を洗いましょう！



<3歳未満児>

いろんな食べ物を見る・触る・噛んで味わう経験を積み重ねる時期です。

手を使って(手ずかみ等)食事をするととても汚れます。食事の前後や汚れた時は、顔や手を拭き、

「きれいになって気持ちがいいね」など、「清潔になった心地よさを感じる」声掛けをしましょう。

<3歳以上児>

うがいや手洗い等、身の回りを清潔にすることが自分の健康を守ります。

手を清潔にして食事をすることが、安全に食べるために必要なことで

あることを理解し、自分でできるように促していきましょう。



31日げつようび きつねどん さんしよくなます あおなのみそしる	* こどもの日(5月5日) 「子供たちの幸せを願い、健やかな育ちを祝う日です。」 ・ちまき……悪病災難を除くといわれています。 ・柏餅……柏の木は新芽が出るまで、古い葉が落ちない事から子孫代々栄えるようにという願いが込められています。 ・菖蒲……葉は病気や悪い事を追い払う力があるといわれ、軒先に菖蒲を飾ったり、お風呂に入れたりします。				1日どようび すばげていなぼりたん ばなな ぎゅうにゅう せんべい
6日もくようび たきたてごはん やきざかな だいこんさらだ えのきのみそしる	7日きんようび たきたてごはん いりどり もやしのごまあえ たまねぎのみそしる	8日どようび やきそば おれんじ ぎゅうにゅう くつきー			
10日げつようび たきたてごはん くりーむしゅちゅー はるさめさらだ ぎゅうにゅう なつみかんかん	11日かようび たきたてごはん さかなのてりやき こまつなのなやき えのきのみそしる ぎゅうにゅう そふとどーなつ	12日すいようび たきたてごはん びざばーぐ かみかみさらだ ふのみそしる むぎぢゃ ぶりん	13日もくようび たきたてごはん さかなのかばやき もやしいため だいこんのみそしる ぎゅうにゅう あんぱん	14日きんようび 「えんがいほいく」 あいじょうべんとう ぎゅうにゅう びすけつと	15日どようび すばげていぼろねーぜ ばなな ぎゅうにゅう くらっかー
17日げつようび ちきんかれーらいす きゅうりのすのもの ぎゅうにゅう かりかりりこ すいか	18日かようび たきたてごはん さかなのきのこそーす なつとう・ごまあえ とうふのみそしる ぎゅうにゅう ふる一つこーんふれーく	19日すいようび わかめごはん けんちんじる とりればーあまからに ぎゅうにゅう おぐらに	20日もくようび たきたてごはん さかなのちーずやき はくさいのしらあえ たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう りんご うえはーす	21日きんようび たきたてごはん すばにっしゅおむれつ ひじきのいりに しめじのみそしる ぎゅうにゅう ばななきなこあえ	22日どようび ちゃんぽん りんご ぎゅうにゅう こくとうどーなつぽう
24日げつようび はやしらいす まかるにさらだ むぎぢゃ よーぐると びすけつと	25日かようび たきたてごはん さかなのくらっかーやき ちぎりあげに はくさいのみそしる ぎゅうにゅう せんべい	26日すいようび たきたてごはん まつかぜやき きりほしのちゅうかさらだ えのきのすましじる ぎゅうにゅう きなこーすと	27日もくようび たきたてごはん さかなのこみやき びーふんいため たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう ふらいどぼてと	28日きんようび たきたてごはん とりのからあげ にらたま かぼちゃのみそしる ぎゅうにゅう ぶどうぜりー	29日どようび やきうどん ばなな ぎゅうにゅう くつきー

