



5月きゅうしょくだより

令和4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」は、

- 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のが、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。



| | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|---------------------------|
| 2日げつようび そばろにやくどん まかににさらだ とうふのみそしる | みどりの日 こどもの日 | | | | 6日きんようび たきたてごはん ぶたのしょうがやき もやしのごまあえ えのみそしる | 7日どようび やきそば ばなな |
| ぎゅうにゆう みかんかん | ぎゅうにゆう りんごゼリー | ぎゅうにゆう りんごゼリー | ぎゅうにゆう ごらん | ぎゅうにゆう せんべい | ぎゅうにゆう せんべい | ぎゅうにゆう せんべい |
| 9日げつようび ぎゅうどん きりぼしのちゅうかさだ あおなのみそしる | 10日かようび たきたてごはん さかなのみそに びーふんため えのみすまじる | 11日すいようび たきたてごはん まつかぜやき にんじんのふくめに たまねぎのすまじる | 12日もくようび たきたてごはん やきざかな ひじきのいりに なすのみそしる | 13日きんようび 「えんがいがいまいく」 あいじょうべんとう | 14日どようび ほっとどつく りんごじゅーす | |
| ぎゅうにゆう あげぱん | ぎゅうにゆう りんごゼリー | ぎゅうにゆう ごらん | ぎゅうにゆう おぐらに | ぎゅうにゆう せんべい | ぎゅうにゆう びすけつと | |
| 16日げつようび たきたてごはん くりーむしちゅー びくるす | 17日かようび たきたてごはん さかなのかばやき だいこんのふくめに ふのみそしる | 18日すいようび たきたてごはん やみつきちきん かみかみさらだ とうふのみそしる | 19日もくようび たきたてごはん さかなのすばいすやき にらたま もやしのみそしる | 20日きんようび たきたてごはん すばいすおむれつ ちぎりあげに あおなのみそしる | 21日どようび すばいすおむれつ ばなな | |
| ぎゅうにゆう ちんすこう | むぎちゃ よーぐると くらっかー | ぎゅうにゆう やきいも | ぎゅうにゆう うえはーす(きなこ) | ぎゅうにゆう みかんゼリー | ぎゅうにゆう かりんとう | |
| 23日げつようび はやしらいす だいこんさらだ | 24日かようび たきたてごはん さかなのてりやき きんぴらごぼう とうふのみそしる | 25日すいようび わかめごはん ぶたじる とりれぱーあまからに | 26日もくようび たきたてごはん にざかな かぼちゃのふくめに あおなのみそしる | 27日きんようび たきたてごはん びざばーぐ いためきゅうり もやしのみそしる | 28日どようび ちゃんぽん おれんじ | |
| ぎゅうにゆう あんぱん | ぎゅうにゆう にまめ | むぎちゃ ぶりん | ぎゅうにゆう うえはーす(ばにら) | ぎゅうにゆう かりかりいりこ せんべい | ぎゅうにゆう くつきー | |
| 30日げつようび かれーらいす きゅうりのすのもの | 31日かようび たきたてごはん さかなのふらい びーふんさらだ ふのみそしる | * 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。 | | | | |
| ぎゅうにゆう ぶどうゼリー | ぎゅうにゆう すていっくぱん | | | | | |