



5月きゅうしょくだより

令和5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、食事をいただきます。



★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

<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



1日げつようび たきたてごはん とうふのやわらかに もやしのごまあえ あおなのみそしる	2日かようび たきたてごはん やきざかな きゃべつのおかかあえ ふのみそしる ばなな	みどりの日 こどもの日		6日どうようび すばげいていなぼりたん りんご	
ぎゅうにゆう めるていふれーく	ぎゅうにゆう りんごゼリー				
8日げつようび きつねどん こまつなとこーんあえ だいこんのみそしる	9日かようび たきたてごはん にざかな かぼちゃのあまに とうふのみそしる おれんじ	10日すいようび たきたてごはん びざばーぐ はるさめさくらだ たまねぎのみそしる	11日もくようび たきたてごはん さかなのみそに びーふんいため えのきのすましじる	12日きんようび 「えんがいがいまいく」 あいじょうべんとう	13日どうようび ちゃんぼん りんご
ぎゅうにゆう たまきふう	ぎゅうにゆう あげぼん	ぎゅうにゆう じゃがいものがれーと	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 びすけーと
15日げつようび ぼーくかれーらいす ふる一つよーぐると	16日かようび たきたてごはん さかなのきのこそーす ひじきのいりに もやしのみそしる めろん	17日すいようび ふりかけごはん ぐだくさんぶたじる ればーあまからに	18日もくようび たきたてごはん さかなのぶろぼんすふう なっとう・ごまあえ あおなのみそしる すいか	19日きんようび たきたてごはん ひじきのいりあつやきたまご きゅうりのすのもの えのきののみそしる	20日どうようび やきそば ばなな
ぎゅうにゆう おこのみやき	ぎゅうにゆう きなこーすと	ぎゅうにゆう あまからだんご	ぎゅうにゆう すいーとぼてと	ぎゅうにゆう かりかりりりこ うえはーす(きなこ)	ぎゅうにゆう こくどうーなつぼう
22日げつようび びびんぼどん ちぎりあげに さといものみそしる	23日かようび たきたてごはん さかなのてりやき にんじんふくめに とうふのみそしる	24日すいようび たきたてごはん まつかぜやき もやしかれーいため えのきのすましじる ばなな	25日もくようび たきたてごはん さかなのちーずやき きりぼしのちゅうかさくらだ かぼちゃのみそしる	26日きんようび たきたてごはん とりのからあげ しらあえ たまねぎのすましじる	27日どうようび すばげいていほろねーぜ りんご
ぎゅうにゆう じゃがいもち	ぎゅうにゆう ふれーくあえ	むぎちや りんごよーぐると	ぎゅうにゆう あまなっとうむしぼん	ぎゅうにゆう ちゆるす	ぎゅうにゆう せんべい
29日げつようび はやしらいす まかにさらだ	30日かようび たきたてごはん さかなのくらっかーやき にらたま あおなのみそしる おれんじ	31日すいようび たきたてごはん とりにくのごまみそやき じゃーまんぼてと たまねぎのすましじる	* 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……葉は病氣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 ふれーくつきー	ぎゅうにゆう めろんぼんふうとーすと			