

平成30年度

給食だより 5月号

社会福祉法人 雅福社会
みやび認定こども園



新学期がスタートし、1ヵ月が経ちました。
 新しい環境にも慣れてきた頃だと思えます。
 こども達の給食の喫食状況をみると、4月初旬よりも食べる量が増え、
 おかわりをするクラスもあります。
 苦手な食材もしっかり食べてもらえるように、食材の調理法や調味料を
 工夫しながら給食を作っています。
 季節と共に、旬の食材をできるだけ使用し、行事に合わせた行事食、郷土料理
 を取り入れ、こども達に食の大切さを伝えていきたいです。



旬とは・・・

食材が一番多くとれる時期で、
 一番おいしい時期でもあります。
 栄養価も高く、市場に出回って
 いるので、比較的安価で手に入れ
 ることもできます。

5月が旬の食材は？



※地域によって異なることがあります。

5月5日は端午の節句



5月5日は「こどもの日」です。「端午の節句」とも呼ばれており、もともとは無病息災を祈る行事が始まりで、男の子のお祝いとされてきました。

5月2日の給食では『こどもの日祝い給食』を実施します。

～こどもの日祝い献立～♪

- * オムライス
- * 鯉のぼりウィンナー(付け合せ)
- * スパサラダ
- * コンソメスープ
- * ゼリー

お楽しみに～☆

5月8日は ゴーヤーの日!

5月8日は「ゴーヤーの日」です。
 平成9年(1997年)、沖縄県とJA(全国農業協同組合連合会)沖縄経済連が、ゴーヤーを広く知ってもらい、もっと食べてもらおうという思いから、定めたものです。
 語呂合わせ(5.8=ゴーヤー)に加え、この時期からゴーヤーの生産量が増えることにちなんでいます。8日はゴーヤーの日給食を実施します。

ゴーヤー(ゴーヤ)は、本州では「にがうり」とも呼ばれています。ゴーヤーは苦味が特徴で、ビタミンを多く含んでいます。これからの暑い季節の栄養補給として、沖縄料理に欠かせない食材になっています。好き嫌いせず食べて欲しいです。

