



5月 給食だより



令和8年5月1日 幼保連携型認定こども園 中央文化保育園

木々の若葉が目まぶしい風薫る5月となりました。

入園・進級から1ヶ月が過ぎ、新しい生活にも少しずつ慣れてきた様子の子どもたち。みんなで食べる給食にも慣れてもらえるよう、今月も子どもたちの食べやすいものや食べ慣れたものを中心とした献立にしました。

端午の節句

端午の節句は、男の子の出世と健やかな成長を願う重要な日です。奈良時代から続く古い行事で、元々は菖蒲で厄を払い無病息災を願うものでした。これが男の子の節句として定着したのは鎌倉時代以降で、菖蒲が『尚武=武を尊ぶ』意味につながることから鎧兜や鯉のぼりを飾り、勇ましくお祝いする習慣ができました。

端午の節句の食べ物



かしわ餅

『子孫が絶えずに
未永く続きますように』



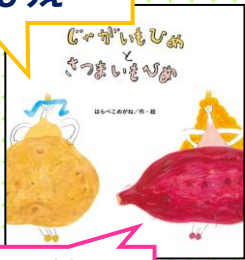
ちまき

『悪いことが
起こりませんように』



5/12(火)は
いもうえ

おいものおすすめ絵本



『ジャがいもひめとさつまいもひめ』

対象年齢：2・3歳～

作・絵：はらぺこめがね

あるところにとっても仲の悪い姫たちがいました。似た者通しの二人はいつもけんかばかり。どちらがたくさん収穫できるか、どちらがおいしいか、おいも対決の始まりです。

5/29(金)は
絵本おやつよ！

『いろいろじゃがいも』

対象年齢：0・1・2歳～
作・絵：山岡 ひかる

じゃがじゃが じゃがいも
でこぼこ ごっつん

「じゃがじゃが じゃがいも でこぼこごっつん なになになるかな ごーろごーろ」。楽しい言葉のリズムにのって、じゃがいもたちがいろいろなお料理に変身。肉じゃが、コロッケ、フライドポテト…何になるかな？



噛む力を育てよう

噛むことは食事を楽しむうえで大切な要素です。しかし昔と違い現代は噛む回数が減少していると言われています。よく噛んで食べるには、噛みごたえのある食材や料理を多くすることも大切です。よく噛むことのメリットを知り、噛む力を育て、健康的な食生活を送りましょう。

脳に刺激が伝わる



あごの発達

味覚の発達



肥満の予防

健康な歯を作る



消化を助ける



ひよこ組(0・1歳児)の給食・おやつの様子



もぐもぐ

ごくごく

おせんべいだよ！

おいしいな😊