



令和元年度  
あゆみ保育園

## 5月給食だより

園長 江郷 勝哉  
栄養士 滝田 夏海

## 給食の目標

### 5月 箸のマナーについて知る

正しい箸の持ち方や動かし方、箸のマナーについて知る。

### 5月の行事予定

- 15日(水) お誕生会 幼児クラスの誕生児のご家族をご招待し、園の給食を提供します。
- 21日(火) すいとんパーティー きりんさんに野菜を切ってもらい、りす、うさぎのお子様にお団子を丸めてもらいます。



## <こどもの日>



### ◇こどもの日とは…?

こどもの日は「端午の節句」ともいわれています。本来は、男の子の為のお祝いでしたが、今では、「子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日」と子どもたちみんなをお祝いするようになりました。また、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」ことが趣旨で、お母さんに感謝するという意味もあります。

### “かぶとを飾ろう!!”

かぶとは昔、体を守る為に使われていました。その為、子どもの身を守って元気に大きく育つようにという意味が込められています。お家でも、新聞紙などでかぶとを作ってみても楽しめると思います。



幼児クラスは、食育も兼ねて  
グリーンピースをさやから出してもらおうお仕事を  
行う予定です。  
給食で「グリーンピースご飯」にして提供します。

5月の郷土料理は **奈良県** です。

- ・飛鳥鍋…飛鳥鍋とは、鶏がらベースの味噌汁に牛乳を加えた鍋料理のことで、別名“飛鳥汁”ともいいます。飛鳥時代、中国から来た僧侶が牛乳で鍋料理を作ったのが発祥と伝えられていて、具は、鶏肉、野菜類、豆腐、糸こんにゃくなどを卵に溶いて食べます。お好みで、しょうが、唐辛子などの薬味を加えても良いですし、酒粕やすりつぶした胡麻などを加えることもあります。
- ・のっぺ…奈良の1年を締めくくる春日若宮おん祭の際、大和の国内から御渡式の為に参集する大和さむらいに振舞ったとされています。奈良県の「のっぺ」は精進物であり、里芋や大根、人参、生揚げ、こんにゃくなどを烏帽子切りにした具だくさんの煮物です。
- ・そうめん汁…そうめんは奈良時代に唐(中国)の国から伝来した手法で、神話の三輪伝説から大和の中央にある三輪山麓が発祥の地といわれ、現在も三輪そうめんとして有名です。
- ・しきしき…奈良県の新庄や葛城の當麻でよく食べられているおやつで、小麦粉に砂糖と卵を合わせたものを薄くのばして焼き、クレープのように折りたたんだものです。

## しきしき (長崎県の郷土料理)

<材料> 2人分

- ・小麦粉 100g
- ・水 1カップ
- ・牛乳 1カップ
- ・卵 2~3個
- ・人参 100g
- ・塩 小さじ1
- ・バター 適量

<作り方>

- ① ボールに小麦粉、塩、水、牛乳を入れてよく混ぜ合わせる。卵を割り入れ、さらによく混ぜ合わせる。
- ② 人参をすりおろし、水気を切らずにそのまま①のボールに加える。
- ③ フライパンを熱してバターを入れ、②を薄く流し入れる。表面が乾いたら、端からクルクルと巻いて完成☆

## 楽しい食育



### 《徳島県について》

4月は徳島県についてお話ししました。徳島県で有名な「阿波踊り」や「鳴門海峡」の写真を見せてお話しすると興味を持ってくれました。郷土料理では、「でこまわし」、「おでんぶ」、「やきもち」についてお話ししました。おでんぶに入っている高野豆腐を実際に触ったり、匂いを嗅いでもらおうと「固い!」、「お豆腐じゃないみたい!」などと答えてくれました。また、おでんぶに入っている金時豆がどのくらいの大きさなのか、小豆と比べて見てもらいました。当日は、みんなしっかりと覚えてくれていて、「おいしい!」と言ってよく食べてくれていました。

### 《正しい配膳の位置について》

4月は、配膳のマナーとして「ご飯茶碗」や「汁椀」、「おかず皿」、「お箸」「コップ」の置く位置と、「主菜」、「副菜」についてお話ししました。お当番さんに協力してもらい、給食で普段使用している食器を実際に置いてもらいました。みんなに合っているか質問すると「そこじゃない!」や「合ってる!」などと答えてくれて楽しみながら覚えてくれました。みんなしっかり覚えてくれたので、是非ご家庭でもお子様と一緒に配膳を行っててください。