

# 給食だより



認定こども園 藤枝橋幼稚園 小規模保育所 Orange Egg

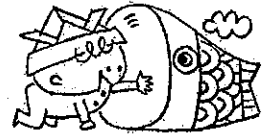
令和3年4月30日

こいのぼりが、気持ちよさそうに空を泳いでいます。季節は、初夏に移り始めました。少し動くと汗が出る日もあります。水分補給を適宜進めていきたいと思ひます。また、コロナウイルス感染症もまだまだ、収束の気配が感じられません。引き続き、手洗いうがいを丁寧に行っていきたいと思ひます。



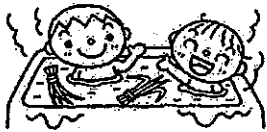
行事や行事食には、それぞれいわれや意味があり、先人たちの願ひや思ひが込められています。これからは親から子へ、子から孫へと、その思ひを受け継いでいきたいものです。5月も季節伝統行事があります。

**八十八夜** 立春から八十八日目にあたる八十八夜に摘み取られたお茶は、昔から不老長寿の縁起物といわれています。一番茶には栄養がいっぱい入っているそうです。お茶には、カテキンやビタミンCがたくさん含まれています。お茶を飲んで、元気な体で過ごしましょう。



## こどもの日

5月5日は「こどもの日(端午の節句)」子ども達が大きくなったことをお祝い、これからはすくすく育てほしいと願う日です。



### 菖蒲湯のいわれ

邪気や災難よけの薬草です。

「菖蒲」と「尚武」で「武」を尊び「勝負」にかけており、立身出世の願ひが込められています。

### 柏餅のいわれ

柏の葉は、邪気を払い、一家繁栄の願ひが込められています。



## お買い物&クッキング

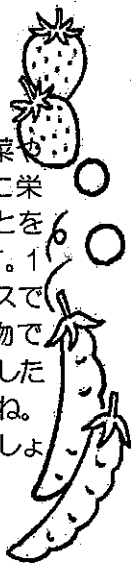
4月21日(水)に松組さん(幼稚園・年長児)が白藤の里にスナップえんどうを買いに行き、翌日、自分たちですじとりをして茹でて食べました。すじとりを初めて経験する子は、うまいか、ず悪戦苦闘していましたが、コツを掴むと「おもしろ〜い」と楽しんでいました。「お豆は苦手だな〜」と言っていた子もパクパク「美味しい」といって食べていました。直接体験することは大切なんだな。と改めて感じることができました。

こあら(オレンジエッグ・2歳児)のお友だちはキャベツちぎりのお手伝いをしてくれました。絵本を見てからキャベツ丸ごとを触ってみました。一人一枚のキャベツの葉を小さな手でちぎる姿は微笑ましかったです。今後もたくさん取り入れていきたいと思ひます。

## 旬の食べ物

旬とは、自然の中で育まれた野菜・果物・魚が、ほかの時季よりも新鮮に栄養満点でおいしく食べられるということを言ひます。食べ物によって旬は違ひます。1年中見られる食べ物は、ビニールハウスで栽培された物や海外から輸入された物です。「今の旬は何かな?」と、お店で探したり家族で会話をしたりしても楽しいですね。

さて、5月の旬の食べ物はなんでしょう?



5月が旬の食べ物…《答え》

じゃがいも・キャベツ(春キャベツ)・さやえんどう・たけのこ・そらまめ・かつお・しらす