



給食だより

2025年5月

社会福祉法人栃の木福祉会

栄養士 小田島 菜々子

(豊里こども園)

新年度がスタートして1ヶ月が経ちました。給食では子どもたちにとって苦手な食材が出ることもあると思います。様々な食材を使った毎日の給食をお友達や先生と楽しく食べることで、食べられるものがだんだん増えてくるとうれしいですね。

4月お誕生日会献立紹介



-給食-

ごはん

コロコロスープ

ハンバーグ

和風パスタサラダ

オレンジ

-おやつ-

リンゴジュース

ココアケーキ

四季の行事食



端午の節句

ちまき

五節供のひとつで、男の子の成長を祝います。こいのぼりをたてたり、かぶとを飾ります。柏の葉ではなく、団子をまきしば(サルトリイバラの葉)に包んで蒸して食べる「ちまき」が一般的です。



どうしておやつが必要？



子どもは胃袋が小さく、消化吸収能力が発達途中です。そのため、朝・昼・夜の食事の他に2回ほど、おやつで栄養補給が必要です。

園ではあか組・もも組は朝おやつとして飲み物とおかしが出ます。(おかしは市販のお菓子であか組のみ)

15時のおやつでは手作りおやつで蒸しパンやクッキー、おにぎりなどができます。お休みの日も3回の食事に加え2回程度のおやつを食べさせることを意識してみてください。

