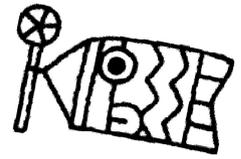




あさか食育だより



令和7年5月
たんぽぽ組

入園・進級して1か月が経ち、木々の緑が美しく、清々しい季節になりました。暖かくなって過ごしやすくなる時期ですが、長い連休もあり、4月からの新しい環境での疲れが出やすくなります。規則正しい生活を心がけ、元気いっぱいにご過ごしましょう！

端午の節句と食べ物・行事

5月5日は「端午の節句」です。こいのぼりを立てたり、兜(かぶと)や鎧(よろい)を飾ったりします。また、行事食のちまきやかしわもちを食べてお祝いします。これらの飾り物や食べ物には、子どもたちの健康や未来への願いが込められています。

かしわもち

あん入りのもちを柏の葉で包んだもの。柏は新しい葉が出るまで古い葉が落ちないことから、「跡継ぎが絶えない」として縁起物とされました。



ちまき

もち米を笹の葉などで包み、蒸して作ります。中国の故事にならった風習として、日本でも端午の節句によく食べられます。

たけのこ

天を貫くように真っ直ぐに伸び、成長も早いことから、子どもたちがすくすく元気に育つようにと願いを込めて食べられます。



かつお

名前を「勝つ男」と読み替え、困難なことに打ち勝ちながら、たくましい人に育ってほしいという願いを込めて食べられます。

鯉のぼり

鯉が激しい流れの滝を上りきると龍になるという伝説から、難関を突破し、立派な人になってほしいと願います。



かぶと・よろい

命を守る大事な武具です。災いや病気などから守ってくれるように、また武士のように勇ましく育てほしいと願います。



くりかえしの献立

献立は、同じ献立を2回実施するようにしています。

食べ慣れない食材やメニューも、1回目は食べられなくても、2回目は味や見た目に慣れ、食べられるようにという目的があります。また、調理や提供方法の工夫もしています。

5月から給食に使用する主な食材

鮭・豚ひき肉

