

令和6年度
あゆみ保育園

5月給食だより

園長 江郷 勝哉
給食 鈴木 貴子

5月の行事予定

- 8日(水)お誕生日会
お誕生日のお祝いメニューを
提供します。
- 25日(土)あゆみまつり
お菓子のお土産があります。
- 27日(月)クッキング1日目
きりんさんが、翌日の献立に使う野菜を
まな板と包丁を使って切ります。
- 28日(火)クッキング2日目
当日の献立から、きりんさんは自分たち
が食べる分のおにぎり、和え物、スープ
を作ります。

今月のレシピ

鰹のカレームニエル

〈材料〉 (4人分)

- ・鰹(3枚におろしたもの) 8枚(4尾分)
- ・塩コショウ 適量
- ・カレー粉 大きじ
- ・小麦粉 大きじ4
- ・サラダ油 適量

〈作り方〉

- ① 鰹はキッチンペーパーでよく水けを拭きとり
塩コショウをする。
- ② カレー粉と小麦粉を混ぜ合わせ、①にまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、鰹を身の方から焼いて
皮目もパリッと色よく焼いて出来上がり。

ポイントは、鰹の水けを良くふき取ること。
小骨を取るとお子様も食べやすいです。仕上
げにバターを入れたり、小麦粉とカレー粉に
コンソメ顆粒を小さじ半分ほど混ぜ合わせ
てもおいしいですよ。



【ICクラスのメニュー変更】

- 8日(水) 赤飯→もち米を使わず、精白米で炊きます。
- 16日(木) ピースご飯→白米
- 23日(木) ふきと油揚げの煮物→人参の炒め煮

今月の目標

5月の給食の目標

正しいマナーで食事をする

- 食事のマナー、茶碗の持ち方、
姿勢に気を付けて食べる。

身につけておきたい6つの食事のマナー

「マナーってなあに？」

マナーとは、日本語に言い換えると「行儀、礼儀作法」の
ことで、ルールとは違います。ルールは守らなければなら
ない決まり事などですが、マナーは周りの人に嫌な気持
ちにさせないためのやさしい気持ち、「おもいやりのこころ」
です。

ご家庭や外食をする時に、みんなが食事の時間をおい
しく楽しく過ごせるように6つの食事のマナーは身に付け
ておきたいですね。

- ① 食事の前にトイレを済ませ、手を洗う。
- ② 「いただきます、ごちそうさま」のあいさつをする。
- ③ 食事の途中で席を立たない。
- ④ 肘をついたり、膝を立てたり足をバタバタさせない。
- ⑤ 口を開けてくちゃくちゃ音を立てて食べない。
- ⑥ お茶碗は手で持って食べる。

食事のマナーは日ごろからの習慣が大切です。
子どものうちに身につけたマナーは大人になっても役立ちま
す。とは言え、幼児のうちにはあまり完璧を目指すのではなく、
おらかな気持ちで子どもの様子を見守ってあげましょう。

正しい姿勢で食事をする
ことで、背筋が伸び
て、お腹が圧迫されず消
化が良くなります。ご家
庭では踏み台やクッシ
ョンなどを利用して、椅子
をお子様の背丈に合わ
せてあげると良いです。

ただししいしせいで たべてますか？

ポイント①
テーブルとのあいだは
こぶしひとつぶんあける

ポイント③
せなかを
まっすぐにする



ポイント②
あしゆらは
ゆがにつける

<給食室からお知らせ>

✦園のホームページのブログに旬の食材メニューや食材体験の様子、
今月のお楽しみケーキなど随時更新中です。ぜひのぞいてみて下さい。

*おたよりを紙媒体で欲しい方は、事務所までお越しください。また、おたよりは園のホームページにも記載しております。