

# 5月の給食だより

令和2年5月1日  
津屋崎保育園

新年度がスタートして、早くも1か月が経ちました。  
今年には新型コロナウイルスの影響で例年以上に慌しい年度初めとなりましたが、子ども達は給食時間も、お友達や先生と楽しそうに食べている姿が見られるようになり、嬉しく思っています。



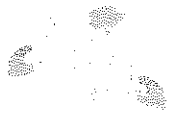
## こどもの日



5月5日はこどもの日です。

端午の節句は中国伝来のもので災厄などをはらう目的の行事でした。  
夏の病を防ぐ力があるとされていた菖蒲が尚武に通じるところから、男児がたくましい武士に成長するようにと祝うようになりました。

## ☆かしわもち☆



柏餅は江戸時代から端午の節句に食べるようになりました。

昔、食器代わりに用いられていたという柏の葉は、新葉がでなければ古い葉が落ちないので家系が絶えないという意味に通じているようです。

\*\*\*保育園では5/21(木)のおやつにかしわもちを食べます！\*\*\*

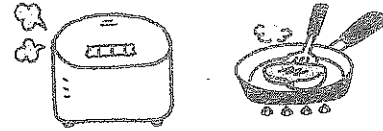


## 嫌いな野菜を食べやすくする工夫

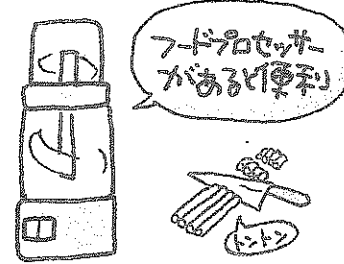
☆香りの強い野菜は、塩もみして水洗いや  
サッと下茹ですると香りを抜くことができます。



☆口に入れたときの感触が嫌がるよう  
でしたら、調理方法を変えてみましょう。

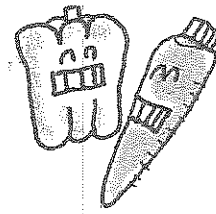


☆小さく刻みましょう。食べれるようにな  
ったら少しずつ大きくしてみましょう。

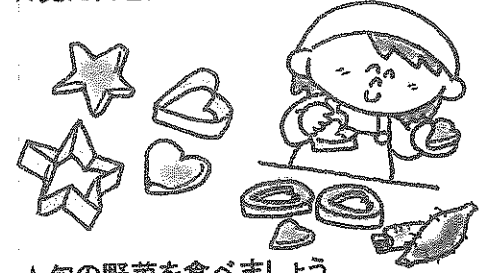


## たけのこ

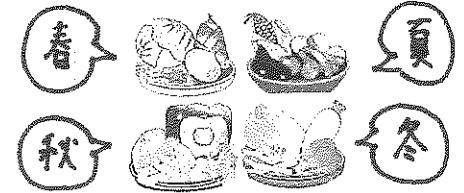
煮ものやおすましの具に。若竹煮、たけのこごはん、おかかと煮て土佐煮にも。



☆見た目を変えてみましょう。



☆旬の野菜を食べましょう。



☆家族と一緒に食卓を囲みましょう。  
家族との楽しい食事は、食欲を刺激  
します。家族の方がおいしそうに  
食べているとマネしたくなります。



## アスパラガス

ゆでてそのまま。サラダにもおいしい。クリーム和え、バター炒めにも。