



4月からスタートした新しいクラスも1ヵ月が経過し、子どもたちも少しずつ新しい生活に慣れてきたようです。給食では季節とともに出てくる旬の野菜や果物等を献立に取り入れるように心がけて提供しています。これからは保育園の給食を通じて食べ物への関心を深め、マナーや社会性（みんなで食べる楽しさ等）を学んでほしいと思います。



5月15日はヨーグルトの日

ヨーグルトは発酵乳の一つで牛乳に乳酸菌を加えて作ります。

腸で菌が働きやすい

乳酸菌のもつ乳糖分解酵素は腸内でも働きます。

消化がよい

牛乳の中のたんぱく質はペプチドに分解されているので消化が良いです。

◆ヨーグルトの栄養



カルシウムの吸収がよい

カルシウムは乳酸と結合しているため吸収がよくなります。

有害菌の生育を抑える

乳酸菌は腸内でビタミンB群の合成をし、大腸菌などの有害菌の生育を抑えます。

保育園でも15日に旬のいちごを使ったいちごヨーグルトを給食でだす予定です



～子どもの日お楽しみメニュー～

《給食》

- ・飾りごはん
- ・かぶとパイ
- ・こいのぼりハンバーグ
- ・サラスパサラダ
- ・プリン

《おやつ》

こいのぼりロール



5月5日は子どもの日！（端午の節句）

端午の節句は五節句の一つで、端午の端は月の端（はし）で始まりという意味です。すなわち端午とは、月の始めの牛の日のことを言い、必ずしも5月に行われる行事ではありませんでした。しかし、牛（ご）が五（ご）に通じることから毎月5日を指すようになり、さらに5が重なる5月5日を端午の節句と呼ぶようになりました

☆こいのぼりのいわれ

急な流れや大きな滝も跳ね上がり、勢いよく泳ぐこいの姿と重ね合わせ、たくましく元気に育てとの願いが込められています。



～4月 誕生日おやつ～

先月の誕生日はミルク餅風プリンを作りました♪
砂糖と牛乳と片栗粉で作る簡単で美味しいおやつです。
いちごとバナナをトッピングして豪華に仕上げました♪
来月は5月24日（金）に誕生日会をする予定ですお楽しみに！！

