



給食だより

令和7年5月
エレナ保育園

新しい園生活にも慣れ、子どもたちの笑顔がますます増えてきました。
給食でも、春から初夏にかけての旬の食材をふんだんに使い、
季節を感じられる献立を提供していきたいと思っています。

食事前後は 手をきれいに



食事前の手洗いは、「さあ、これから食事です
よ」の合図になり、とても大切。
「おなかすいたね。おいしいごはんを
食べようね」と声掛けをしながら、
子供たちの手を洗いましょう。
そして食事が終わった後も、「おいしかった
ね。」「きれいになって気持ちいいね。」
など言葉を掛けながら
おしぼりなどで
口元と手を拭いてあげましょう。



食べる力

＊ご家庭でも、食事の「会話」や「食材への
関心」を大切にしてみてください。
例えば「今日のにんじん、甘いね」「これは何
色かな？」など、親子の会話を通して、
食への興味を引き出すことができます。
これからも園とご家庭とで協力し、
子どもたちの「食べる力」を育んで
いきましょう。



食べものの旬



栽培技術が進み、一年中食べられる物が多くなっていますが、
旬の食材にはよりたくさんの栄養とおいさが詰まっています。
給食でも旬を感じてもらえるように、素材選びに工夫をしています。
子ども達にぜひ伝えていきたい食育の一つです。

5月旬の食材



魚介類(海の幸)

カツオ(初鯨)
アジ(鰯)
シラス
ホタルイカ



果物

イチゴ
さくらんぼ
夏みかん・甘夏



野菜

そら豆
スナップエンドウ
新玉ねぎ
新じゃがいも
たけのこ

