



5月給食だより



令和6年



旬の食材 たけのこ

たけのこが土から顔をのぞかせる季節になりました。たけのこはエネルギーが少なく、食物繊維やたんぱく質を多く含んでいます。たけのこごはん、煮物、すまし汁など、旬の味をぜひご家庭でも味わってみてください。

園では8日(水)に、たけのこごはんを提供します。

新緑が鮮やかな季節になりました。新年度がスタートして1ヶ月。子どもたちは新しいクラスや園の食事に慣れてきたでしょうか？5月は楽しみな大型連休もあり生活リズムが崩れる時期でもありますので、お休み中も早寝早起きを心掛けて3食しっかり食事し、十分な休息をとりましょう！



和歌山県の郷土料理

今月は、和歌山県！

14日(火)に『豆ごはん』と『僧兵汁』を提供します。

〈豆ごはん〉

和歌山県は全国有数のえんどう産地で、「うすいえんどう」「きぬさやえんどう」、「オランダえんどう」、「スナップえんどう」などの多品種が栽培されています。

豆の産地の郷土料理である「豆ごはん」は、春になると米が少なくなる一方で、えんどう豆が収穫期を迎えるため、米に豆をたくさん入れて増量したことが始まりとされています。

〈僧兵汁〉

僧兵汁は和歌山県・三重県周辺で知られている肉や野菜をふんだんに入れたみそ仕立ての汁物です。お寺で修行している武者(僧兵)のスタミナ食として食べられていました。

当時はイノシシやシカ、鳥などの肉を使用していたそうです。

また、地元では「僧兵みそ」(夏用)、「酒粕入り僧兵みそ」(冬用)が使用されているそうです。

1組さんの別メニュー

- 1日(水) アンパンマンソフトせんべい
- 8日(水) アンパンマンふんわりコーン
- 10日(金) 1歳からのかつぱえびせん
- 22日(水) 1歳からのサッポロポテト
- 23日(木) アンパンマンひとくちビスケット
- 29日(水) プレーンクッキー(1・2組)
- 31日(金) アンパンマンお野菜せんべい(1・2組)の提供となります。

