

5月給食だより

新学期が始まり1ヶ月がたちました。新しい環境の中でたまった疲れが出てくる頃です。連休明けに体調を崩したり学校へ行きたくなくなったりする、いわゆる「五月病」になる人もいられるかもしれません。

「五月病」にならないためには、お休み中も夜更かしや朝寝坊をせず、早寝・早起きをし、3食しっかり食べて、規則正しい生活をするのが大切です。また、外で思いっきり体を動かしたり、家族団らんの時間をもったり、ゆったりと過ごすことで、リフレッシュすることができます。

5月の給食目標：「好き嫌いをしないで残さず食べよう」

今月の給食目標は、「好き嫌いをしないで残さず食べよう」です。好き嫌いをしてしまうと、子どもたちの成長のために栄養を考えて作られている給食の力が十分に発揮できなくなってしまいます。子どもの時は苦手な食べ物があるのは当たり前です。しかし、少しずつでも食べる努力をしていきましょう。子どもの時からいろいろな食材や味に出会うことは、豊かな食生活を過ごすことに繋がります。給食ではこれからも子どもたちにたくさんの味の経験をさせてあげたいと思っています。

人によって異なりますが、人間はたくさん食べるものやよく食べるものを好きになり、食べる回数が少ないものは苦手と感じるようになります。



新茶の季節～5月2日（火）は八十八夜～

八十八夜は立春から数えて八十八日目の日で、稲の種をまくのに良い日とされています。この日は新茶の茶摘みが行われ、この日に摘んだ新茶は上等とされ、そのお茶を飲むことで長生きできるとも言われています。5月9日（水）は、新茶は使用しませんが、新茶の季節に合わせ、抹茶を使った「抹茶あずきスコーン」を提供します。お楽しみに！！



《5月5日は子どもの日》

5月5日は子どもの日です。子どもが健やかに育つことを願い、いろいろな行事が行われます。子どもの日の祝菓子に、関東では「柏もち」を、関西では「ちまき」を食べることが多くあります。柏もちに使われる柏の葉は、新芽が育つまで落葉しないことから、家系が絶えない縁起物として食べられています。また、「ちまき」は、中国では壺を吊うために作られ、日本には平安時代に伝来し、邪気を払うとして宮中の儀式に使われました。

給食では5月1日に、中華ちまきを提供します。

1つ1つ給食室でもち米を竹の皮に包んで手作ります。

味わって食べてください。



はじめまして。よろしくお願ひいたします。

4月より桃園第二小学校に参りました、栄養士の鈴木瑞代と申します。東京から南へ約300kmにある、八丈島から異動してきました。桃園第二小学校の子どもたちはどんな給食が好きなのか、どのくらい食べるのか、子どもたちの様子を見に行く給食の時間が毎日楽しみです。昨年度までと変わらず、安全・安心な給食を提供できるよう努めて参りますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

今年度も給食調理委託は協立給食株式会社です。社員4名、パート5名の計9名で調理をしています。調理員さんも美味しい給食を作るために毎日朝早くから調理を行っています。よろしくお願ひいたします。

