



5月 給食だよ

担当: 荒井(花もんもん)

だんだんと暖かい日が続き、春らしい気候になってきました。日中は半袖でも過ごせそうなくらい夏の陽気を感じます。そんな日は屋外に出て気分転換したい気持ちもありますが、今は「おうち時間」を充実させ、お子様との大切な時間を過ごしてみたいはいかがでしょうか？

5月5日 端午の節句



子どもたちへの慈しみの思いを込めて、幸せを願いすこやかな育ちを祝う日。

★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る。

★菖蒲湯のいわれ



邪気や災難除けの薬草。「菖蒲」と「尚武」で「武」を尊び「勝負」にかけ、立身出世のねがいが込められている。

★柏餅のいわれ



柏の葉は邪気を払い、一家繁栄の願いが込められている。

柏餅を食べたり、家族で菖蒲の葉を入れてお風呂に入ったり、この日ならではの楽しさを味わってはいかがでしょうか？

GWに！親子でクッキング！



なかなか外出できない、時間はたっぷりある、子どもとの過ごし方がマンネリ化してきた、そんな時はお子様と一緒にクッキングはどうでしょうか？5月5日は子どもの日です。今回はお子様と一緒に作れる子どもの日メニューをご紹介します！

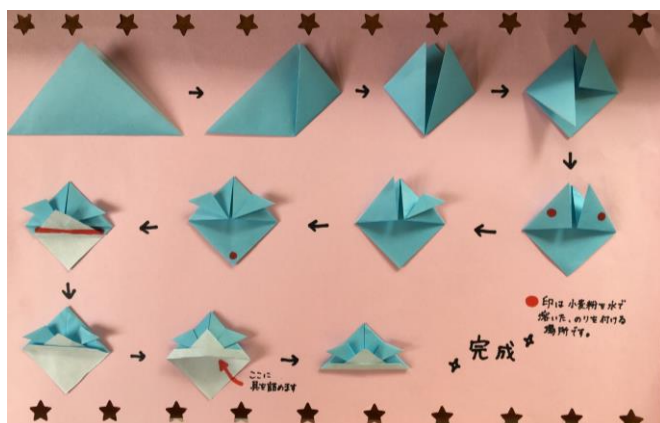
♪春巻きの皮でかぶとを作ろう♪

〈材料〉4人分

- ・はんぺん・・・1枚
- ・めんつゆ・・・小さじ1/2
- ・ツナ・・・1缶
- ・春巻きの皮・・・10枚
- ・むきえだまめ(冷凍)・・・20g
- ・揚げ油・・・適量
- ・マヨネーズ・・・大さじ1

〈作り方〉

- ① えだまめをレンジで加熱し解凍する。
- ② ビニール袋に、はんぺん・油をきったツナ・マヨネーズ・めんつゆ・解凍したえだまめを入れ良く混ぜる。
- ③ 春巻きの皮をかぶとの様に折る。(写真参照)②の袋の端を切り春巻きの皮の中に入れて、具を入れた部分を閉じる。
- ④ 160℃の油で揚げる。



具材はお好みでも大丈夫です！
折り紙でかぶとの折り方を練習するのも良いですね♪