令和3年　5月　給食献立表

月	火	水	木	金	土
				毎日提供 昼…主食 牛乳	1日 鶏肉と大根の煮物 キャベツと カニカマの酢の物 かぶとしめじのみそ汁 りんご
3日　憲法記念日 	4日　みどりの日 	5日　こどもの日 	6日 あぶたま丼 乾物サラダ じゃが芋と わかめのみそ汁 りんご	7日 かれいのおろし煮 春雨の酢の物 豚肉と もやしのみそ汁 バナナ	8日 肉じゃが きゅうりのなめ茸和え 大根と 油揚げのみそ汁 ゼリー
10日 中華風ローストチキン キャベツと ハムのサラダ もずくのかき玉スープ りんご	11日 カレーライス 和風サラダ チンゲン菜と えのきのスープ ヨーグルト	12日 プルコギ 水菜と ちくわのゴマ酢和え なめこと豆腐のみそ汁 りんご	13日 ちゃんぽんめん ポテトと ブロッコリーのサラダ バナナ	14日 鮭の みそマヨネーズ焼き ちくわの炒り煮 けんちん汁 ゼリー	15日 ポークケチャップ 小松菜のサラダ キャベツのゴマみそ汁 オレンジ
17日　誕生会 鶏の竜田揚げ にじ色サラダ 春野菜のポトフ ケーキ バナナ	18日 マーボー丼 ツナコーンサラダ 玉ねぎと わかめのみそ汁 オレンジ	19日　手作り弁当 	20日 ソース焼きそば 大根サラダ ニラ玉スープ バナナ	21日 ちくわの磯辺揚げ 引き昆布の煮物 せんべい汁 オレンジ	22日　パンの日 バターロールパン カラメルチキン レタスサラダ キャベツと卵のスープ ゼリー
24日 中華風ローストチキン 切干大根のサラダ もずくのかき玉スープ バナナ	25日 ネバネバ丼 炒り豆腐 えのきと 長ねぎのみそ汁 ヨーグルト	26日 しゅうまい もやしと きゅうりの中華和え 具沢山だし活スープ オレンジ	27日 カレーうどん シーザーサラダ バナナ	28日 ほっけの塩焼き 春雨の五目煮 豚汁 ゼリー	29日 ささみフライ ひじきサラダ 大根と 油揚げのみそ汁 オレンジ
31日 じゃが芋と豚バラの オイスターソース炒め カラフル塩ナムル 小松菜と 豆腐のみそ汁 バナナ					

給食だより

どうやって味覚は作られる？

子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。薄味を基本にして、素材そのものの味を大切にしていきましょう。甘味・塩味・うま味は人間が本来好む味ですが、経験により好むようになる味が苦味・酸味です。経験のない子どもには苦手な味になりやすいのです。今は味覚が形成される重要な時期。いろいろな素材と味に慣れ、幅を広げていくことが大切です。多くの味の経験が「おいしい！」感覚を作っていきます。

端午の節句

端午の節句は中国伝来の風習です。5月（旧暦の6月）は急に暑くなり、体調を崩す人が増える時期。そこでこの日に、健康を祈願していたのです。　端午の節句の食べ物には、ちまきやかしわもちがあります。ちまきを食べるのは中国由来の風習ですが、かしわもちは日本独自の風習です。かしわは縁起物で、新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「家系が絶えない」といわれています。