

5月

給食だより



令和8年5月1日
目黒区立向原小学校
校長 龍花 千鶴
栄養士 松澤あかね

夏に向けて暑くなったかと思えば、朝晩は冷えることもあり、体調を崩しやすい季節です。5月にはスポーツフェスティバルもあります。早寝早起きをして、朝ごはんをしっかりと食べて、元気に過ごしてくださいね。

朝ごはんから体のスイッチを入れよう!

スポーツフェスティバルの練習も始まります。朝ごはんをしっかりと食べて、体調を整えて、元気に本番を迎えてくださいね。

体もポカポカ温まる!

元気スイッチ ON!

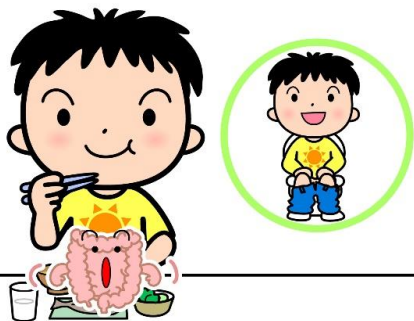


ごはんは頭のエネルギー!

頭スイッチ ON!



朝ごはんをしっかりと食べて



おなかも元気に動き出す!

おなかスイッチ ON!



一日元気に過ごそう!



どうして給食には

クイズです!

毎日牛乳がつくの?

- ① どんどん ^{あたら}新しい骨 ^{ほね} に変わるため
- ② どんどん ^{おお}大きくなる ^{からだ} 体 ^{ささ} を支えるため
- ③ ^{しょうらい}将来のため ^たカルシウムを貯めるため



こたえ: ①②③全部でした!

「端午の節句」の行事食とは?

5月5日は、子どもの健やかな成長と幸せを願ってお祝いをする「端午の節句」です。鯉のぼりや武者人形を飾り、菖蒲の葉や根を入れた「菖蒲湯」につかって邪気を払いま



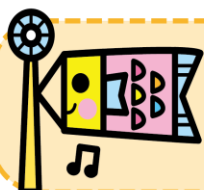
かしわもち

カシワの葉で、あん入りのもちをくるんだもの。カシワはブナ科の落葉樹で、新しい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」という縁起を担いで使われます。カシワがあま



ちまき

チガヤや笹の葉などで、もち米やもち菓子などを包んで蒸したものです。全国各地で葉の種類や形の異なる、さまざま



5月5日は、国民の祝日「こどもの日」でもあります。こどもの日は、男女関係なく「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」日とされています。

