

もりもりつつしん

令和7年
5月号



給食センター
キャラクター
もりもりくん

しんねんど はじ 5月 5日 令和7年 5月号
新年度が始まってひと月が経ち、新しい環境にも慣れてきた頃かと思います。5月は、穏やかで比較的過ごしやすい日が多い印象ですが、疲れがでて体調を崩しやすい時期でもあるので、学校がある日だけでなく、休みの日も早寝・早起きを心がけ、元気に1日をスタートさせましょう。

5月5日は何の日でしょう？

5月5日は「端午の節句」と「こどもの日」です。
2つともお祝いする日ですが、実は由来も込められている意味も違います。

端午の節句



しょうぶ せつく しょうぶ は ね
菖蒲の節句ともよばれ、菖蒲の葉や根を入れた菖蒲湯につかって邪気を払い、こいのぼりや五月人形を飾り、こどもの成長と幸せを願ってお祝いする日です。

こどもの日



こどもの成長をお祝いするだけでなく、母親にも感謝する日です。家族みんなの幸せを願うとともに、「おめでとう」「ありがとう」を伝えあいましょう。

端午の節句にまつわる食べ物

 じゃき 邪気をはらう 【ちまき】 ちがや ささ は ごめ ま 茅や笹などの葉でもち米を巻いて蒸したものです。 もち米は縁起のよい食材とされ、家族の健康と幸せを願って食べられる。	 しそはんえい えんぎもの 子孫繁栄の縁起物 【かしわもち】 かしわ は い つつ 柏の葉で、あん入りのもちを包んだものです。新芽が出るまで古い葉が落ちないことから家系が代々続くようにという願いが込められている。	 せいちょう ねが 成長を願う 【たけのこ】 たけのこは成長が早く、大きくまっすぐに成長する特性があるため、たけのこのようにすくすく育つことを祈って食べられる。	 かつやく きたい 活躍を期待 【カツオ】 はつがつお しゅん じき か 初鯉の旬の時期でもあり、「勝負男」に通じるため、とても縁起がよいとされる魚。強く元気に育つようにという願いが込められている。
--	--	---	--

ばんぱくこんだて 万博献立 ~世界の料理の紹介~



こんげつ 今月は「インド」



大阪・関西万博
公式キャラクター
ミャクミャク
©Expo 2025

インドは国土が広く、民族や宗教によって料理も変化するため、食文化はさまざまです。共通しているのは、スパイスを多く使用する料理が多いことです。国土面積は日本の約9倍、人口は約12倍といわれています。

ひよこ豆のスープ

日本では、あまりなじみのない豆ですが、インドでは日常的にカレーや煮込み料理に使われています。給食では、ウィンナーとキャベツ、玉ねぎ、人参などの野菜を入れてスープにしています。ひよこ豆のような形をしていることから、ひよこ豆という名前がついたそうです。

タンドリーチキン

インドでは、家庭で手作りするヨーグルトや香辛料に鶏肉を漬込んで味つけし、「タンドール」というつぼの形をしたかまどを使って焼きます。給食では、ヨーグルトの他にカレー粉とパプリカ粉を使うので、焼きあがった鶏肉はほんのり黄色です。

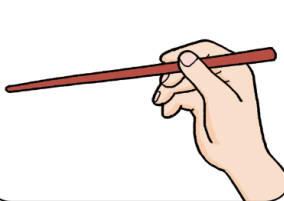
はしを正しく持って使おう！

はしは、つまむ、切る、くむ、混ぜるなど、いろいろな使い方ができる万能な道具です。正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がスムーズにできます。

はしの扱い方に 気をつけよう

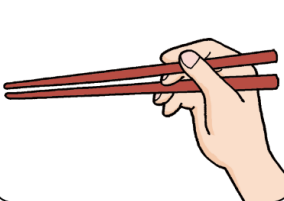
はしは、扱い方によっては危険をとまねいます。危険な扱いは絶対にやめましょう。

1



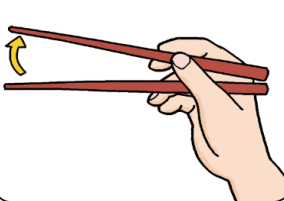
上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみましよう。

2



下のはしは、親指の付け根から中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましょう。

3



親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましょう。

ふり回す



口にくわえたまま歩く

