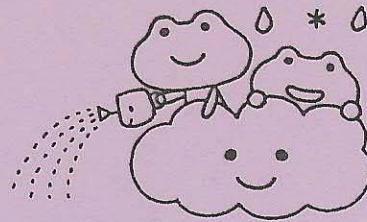


給食だより



平成28年6月1日 会津報徳保育園

〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*

田植えも終わり、小さな稲が田んぼに出してきました。稲の成長が楽しみです。

園では、汗を流しながら、楽しそうに遊ぶ子ども達の姿が見られます。水分補給をしながら活動を行っています。

今月は歯科検診があります。歯と歯ぐきが丈夫なことは、健康であるための大切な条件です。歯みがき、うがいをおこなってきましょう。



*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*〇*

～お願い～

さくら組は今月からプール活動が始まります。他のクラスも戸外活動等が増え、体をたくさん動かします。しっかり活動が行えるよう、朝食は摂ってきましょう。



～食中毒が発生しやすい時期になりました～

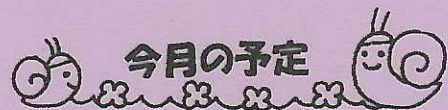
(白飯を持参している、もも・たんぽぽ・さくら組の保護者の皆さまへ)

- ・食品が傷みやすいので、白飯のお弁当には梅干しを入れましょう(*種は危ないので、必ず取って下さい)
- ・ご飯が冷めてからふたをしましょう
- ・はし、はし入れ、お弁当箱は、よく洗い乾燥させて衛生的にしましょう



今月の目標

よく噛んで
食べましょう



今月の予定

- 8日 お弁当詰め(さくら)
- 10日 お誕生会
- 21日 お弁当詰め(たんぽぽ)



...♪.....♪....

*6月は食育月間です。「食育月間」は、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。今月の給食時は、より子ども達とかわり、食に興味・関心が高まるよう促したいと思います。

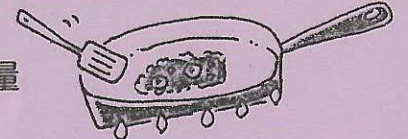
☆レシピ紹介☆油淋鶏(ユールンチー)

6月14日の献立は、中国料理の一つ、油淋鶏です。油淋とは、少ない油を肉にかけながら揚げる調理法のことです。鶏肉を揚げていくのが油淋鶏です。その上に、醤油ベースのタレや長ねぎをトッピングします。

{材料(2分)}

・鶏もも…250g

・片栗粉…適量



～タレ～

・醤油…大さじ1

・酢……大さじ2

・ゴマ油…小さじ2

・酒……大さじ1

・砂糖…大さじ1

・ねぎ…1/2本

・にんにく…1/2片

{作り方}

- ① タレを作る。ねぎ、にんにくをみじん切りにする。ボウルにタレの調味料をすべて入れ、混ぜ合わせ30分位なじませる
- ② 鶏肉は皮つきのまま切り開き、厚みを均等にする。キッチンペーパーで水気を取って、片栗粉をたっぷりまぶす
- ③ 油を用意して、先に鶏の皮を下にして油をかけながら揚げ、きつね色になったら、反対面も同じように揚げる
- ④ 揚げ上がった鶏肉を切り分け、皿に盛って①のタレをかけ出来上がり

食育活動♪

6日 よもぎ団子作り(さくら組)

エプロン・三角巾を身に着け、よもぎ団子作りを行いました。身支度もしっかり自分たちで行い、できない子は「ここやって。」とお友達同士で助け合うなどの姿も見られました。

まず、よもぎの葉っぱの匂いを嗅いで、「いい匂い」「臭い」等色々な声が聞こえてきました。団子を作り始めると、「できる!」「やったときある!」「草のいい匂い」「草がチクチクする!」などお話ししながら行いました。

団子が茹で上がり、自分たちで盛り付けもしました。あんこ・きなこをつけ美味しく頂きました。

