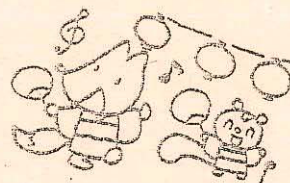


給食だより

平成29年8月1日 会津報徳保育園



夏本番！厳しい暑さが続いています、子どもたちの大好きな水遊びやプールの季節です。

園でも、屋上で楽しく遊ぶ子どもたちの声が聞こえてきます。元気いっぱい遊んだあとは、給食を楽しみにしてくれている子どもたちです。

夏バテしないよう、栄養いっぱいの夏野菜を上手に取り入れて暑い季節の食卓を彩りましょう。



食育活動♪

とうもろこしの皮むき(さくら・たんぼぼ・もも)

この時期にしかできない、とうもろこしの皮むき。給食やおやつにたくさん取り入れているので、子どもたちに皮むきをお願いしています。初めて挑戦する子も、'ひげ'まみれになりながら一枚一枚とっても丁寧に皮むきしてくれました。

自分たちで皮むきたとうもろこしは、おかわりするほど、美味しかった様です。

24日 ポップコーンが出来るまで...(全園児)

おやつ時間...「ああ～いいにおい」と言いながら続々とホールに集まってくる子どもたち。ポップコーンの豆がどんどんポップコーンに変わってくるのを見て、機械の前で大興奮!!「おかわりください!」と何度も食べている子もいました。この日のポップコーンは、キャラメル味にしました。

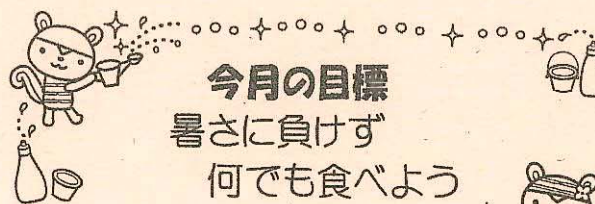


水分のとり方に気をつけましょう



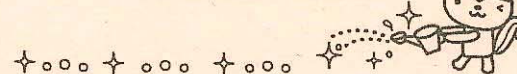
体は汗をかくことで、体温を下げようと機能します。子どもたちは、のどの渇きに気づきにくいことがありますので、飲み方に注意して上手に水分補給しましょう。

- ①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆっくりと飲む。
- ②飲み物は、冷やしすぎない。
- ③一度に大量に飲まない。
- ④運動の前後にこまめに水分を摂取する。



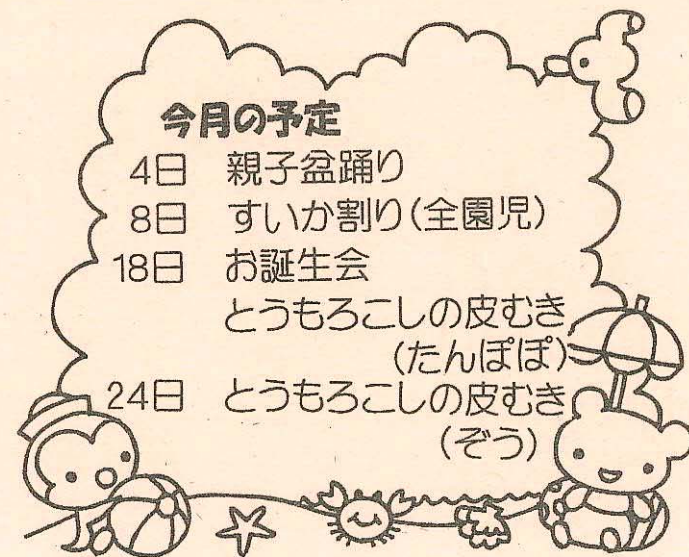
今月の目標

暑さに負けず
何でも食べよう



今月の予定

- 4日 親子盆踊り
- 8日 すいか割り(全園児)
- 18日 お誕生会
とうもろこしの皮むき
(たんぼぼ)
- 24日 とうもろこしの皮むき
(ぞう)



*食事調査にご協力ありがとうございました。
後ほど集計をし、ご報告致します。