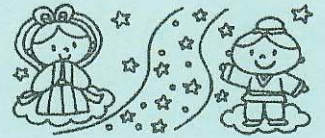


# 給食だより



平成30年7月2日

会津報徳保育園

日増しに暑くなってきました。子どもたちはそんな暑さにも負けず、毎日汗をかきながら元気に遊んでいます。今月は、園でもプール活動が始まります。たくさん体を動かすので、朝食は食べてきましょう。

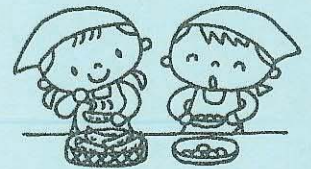
7月の献立は、暑さにも負けないうスタミナのつく食材(にんにく・生姜・ニラ・豚肉など)やさっぱりとした味付けのものを多く取り入れました。食欲のない時も、工夫して夏野菜を摂るよう心がけましょう。



## 食育活動♪

### 11日 さやえんどう(絹さや)のすじとり(たんぼぼ)

今回は、前回よりも少し取りづらそうでしたが、しっかり指先で筋をつまんで「ポキッ」と折り上手にすじとりが出来ました。実習生も一緒に参加していたので、張り切って活動する姿も見られました。きれいになった絹さやは、給食で美味しく頂きました。



※たんぼぼ組とさくら組にはおかわりでも出しました♪

### 20日 お弁当詰め(たんぼぼ)

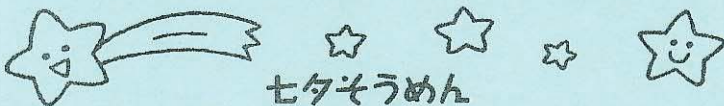
いつもはお皿に乗っているおかずですが、自分でタッパーに詰めてお弁当を作ってもらいました。カラフルなカップに、ひとつずつおかずを詰めるのに「難しい〜」「先生手伝って〜」などの声が聞こえましたが皆、一生懸命にお弁当を作っていましたよ。「いただきます」のごあいさつの後には、黙々と食べる姿が見られ「美味しいー！」の声がいっぱいでした。



## ～お手伝いのススメ～

野菜が苦手...という子どもが多いですが、野菜の下処理(皮むきなど)や盛り付けのお手伝いをして野菜嫌いを克服しましょう。下処理の時には「〇〇ちゃんが皮むきした玉ねぎは甘くなるかな？」や、豚汁などの具たくさん汁に嫌いな野菜が入っていても「お友達がいっぱい楽しいね」などと、声かけをして盛り付けると、子どもの苦手意識も変わると思います。そんな会話を楽しみながらお手伝いができるといいですね。

★さくら組は7/19、20にサマーキャンプに行きます。自分で食べられる量を分ける練習の為、7/2～バイキング給食を行います。ぜひ、ご家庭でも配膳やトングなどの練習もしてみてください。



## 七夕そうめん

★ 平安時代、「七夕にそうめんを食べると大病にかからない」として、7月7日にそうめんを食べる習慣が宮中に広まり、次第に一般にも普及したと伝えられています。

● そうめんを食べる時は、麺だけでなく卵や鶏

★ 肉、野菜をトッピングして栄養を補いましょう。



## 今月の目標

苦手なものでも  
頑張って食べてみよう



## 今月の予定

6日 お誕生会

12日 どうもろこしの皮むき(もも)

16日 海の日

20日 どうもろこしの皮むき(たんぼぼ)

24日 ポップコーンが出来るまで...

(全園児)

