

給食からのおたより

6月 
面川報徳保育園



じめじめとしたつゆがやってきます。湿度の上昇するこの季節は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気をつけたいもの。まずはその防衛策として、手洗いから始めましょう。保育園では必ず食事前にしています。おうちでもしっかり手を洗うようにして下さい。



6月4日は“虫歯予防デー”です。
歯と歯ぐき（歯周）が丈夫であることは、健康・長寿のために大切な条件です。乳歯はどうせ生え変わるからといって、あまり関心を払わないことは、大変な誤りです。
むし歯は、食べ物の内容や食べ方、食べる時間帯、歯みがきをしないなど、毎日の食習慣のよくないところが積み重なって起こります。従って、乳歯がむし歯になることは、永久歯に生え変わっても食習慣を改めない限り、むし歯になる確率が高いので正しい習慣を身につけさせましょう。

旧端午の節句



端午の節句には、軒先に菖蒲を挿し、笹団子やひしまきを食べて、菖蒲湯に入ります。こうすると、1年間風邪をひかないといわれています。しかし会津の場合、新暦では菖蒲とよもぎ、笹の葉が生えてこないで旧暦で行います。
保育園でも新笹が大きくなったこの時期に、ちまき作りを行います。子どもたちに作る様子を見せた後、実際に作ってもらいます(^_^)v 今年の旧節句は6月16日です。保育園では、6月10日に行います。



材料（15個分）

- 豚ひき肉・・・150g
- 玉ねぎ・・・150g
- 干しいたけ・・・4g
- しょうがの絞り汁・・・少々
- しょうゆ・・・10g
- ごま油・・・2.5g
- 塩・・・1.5g
- 片栗粉・・・25g
- しゅうまいの皮・・・15枚

作り方

- ①玉ねぎは、みじん切りにし、フライパンでから煎りする。
- ②Aをねばりが出るまでよく混ぜる。
- ③②をしゅうまいの皮で包み、蒸気のとった蒸し器で強火で8～10分蒸す。



★手作りしゅうまいは親子いっしょに楽しめます(^o^)



今月の給食目標

よくかんで
食べましょう!

6月の予定

- 10日(木)ちまき作り
- 12日(土)カレーパーティー
- 18日(金)誕生会

※12日18日は箸のみ持たせて下さい。

