



# 給食からのおたより



平成29年度 面川報徳保育園



今月は梅雨に入ります。梅雨入りとともに気温、湿度が上昇して、カビが繁殖しやすくなります。食中毒予防のためにも、お弁当や箸箱の衛生管理をお願いします。

また6月からプール活動が始まります。楽しく活動ができるように、必ず朝ご飯を食べてから登園させましょう。朝・昼・夕の3食をきちんと食べ、病気に負けない体をつくりましょう。



## よもぎだんご作り



5月10日によもぎ団子作りを行いました。みんなとても上手に丸めてくれました。



## ちまき作り



端午の節句には、軒先に菖蒲を挿し、笹団子やちまきを食べて、菖蒲湯に入ります。そうすると、1年間風邪をひかないと言われていいます。しかし会津の場合、新暦では菖蒲とよもぎ、笹の葉が生えて来ないので、旧暦で行われています。

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。会津の郷土食を体験させ、食文化に興味を持つきっかけになれば、と思います。今年の旧節句は、5月30日です。保育園では、6月16日に行います。



## 歯をたいせつに

6月4日は「虫歯予防デー」です。歯と歯ぐきが丈夫であることは、健康・長寿のために大切な条件です。

虫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、毎日の食習慣の積み重ねで起こります。乳歯が虫歯になることは、永久歯に生え変わっても食習慣を改めない限り虫歯になる確率が高くなってしまいます。子どものうちに、正しい習慣を身につけさせて下さい。



材料（子ども4人分）

- 油…2g
- 人参…20g
- 鶏ひき肉…20g
- たまねぎ…60g
- 卵…200g
- パセリ粉…適量
- だし汁…20g
- 砂糖…3g
- 塩…2g
- 酒…1g



## ミニレシビ

## 野菜入り卵焼き

作り方

- ①人参、玉ねぎはみじん切りにする。
- ②鍋に油をしき、人参、玉ねぎ、鶏ひき肉を炒め、溶き卵、だし汁調味料を入れ半熟状態まで炒め、パセリ粉を入れる。
- ③天板に油をしき②を流し、オーブンで弱火で15～20分焼く。

※フライパンで焼く場合は10分ほど焼き裏返して10分焼きます。



## 今月の給食目標

むし歯にならない  
食生活を知ろう！



## 6月の行事

- 9日(金)誕生会
- 16日(金)ちまき作り
- 24日(土)カレーパーティー



・お誕生会は、お弁当包みに箸だけを入れて持たせて下さい。

