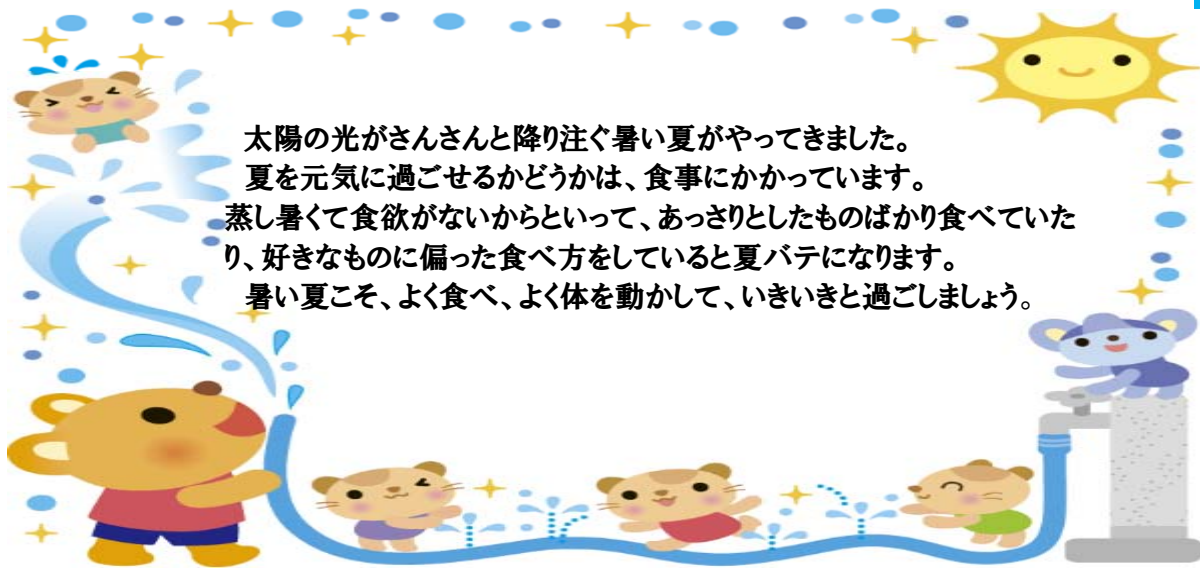


7月 給食だより

平成29年7月1日 発行
面川報徳保育園
分園大戸報徳保育園



太陽の光がさんさんと降り注ぐ暑い夏がやってきました。
夏を元気に過ごせるかどうかは、食事にかかっています。
蒸し暑くて食欲がないからといって、あっさりとしたものばかり食べていたり、好きなものに偏った食べ方をしていると夏バテになります。
暑い夏こそ、よく食べ、よく体を動かして、いきいきと過ごしましょう。

子どもたちの水分補給について

甘い飲み物を取り過ぎると、むし歯や肥満、糖尿病などの原因になります。
また、夏場は、冷たい飲み物を飲みたくなりますが、冷たく冷やしたものは、甘さを感じにくくなるため、糖分を取り過ぎてしまうことがあります。

甘い飲み物は常備せずに、特別な日の楽しみ程度にしておきましょう。



今月の食育目標

**衛生面に
注意しましょう**

食中毒に注意

はじめめたこの時期になると、細菌が繁殖したり、食べ物の傷みが早くなります。**子どもたちのお弁当箱や箸箱入れを清潔に保ちましょう。**

食中毒を防ぐには手洗いはもちろんのこと、調理器具や衛生管理など身近なところから取り組むように心掛けましょう。

