

# 給食だより

平成26年6月1日 会津報徳保育園

田んぼにも水が入り、苗が植わってきました。カエルの鳴き声もよく耳にします。蒸し暑い梅雨の季節がやってきました。湿気も気温も上昇するので、子ども達も体調を崩しやすいです。ご家庭でも、食事、水分の管理には十分気を付けてください。

また、今月は歯科検診があります。ご飯をしっかり噛んで出るだ液は、虫歯予防にも効果的です。よく噛み、食後の歯磨き、うがいを習慣づけましょう。



今月の予定  
13日 お誕生会



●さくら組はフル活動が始まります。しっかり朝食を食べて、エネルギー補給をしてきましょう。

また、他のクラスも戸外遊びが増えます。朝食を食べてきましょう。

\*お菓子は朝食になりません

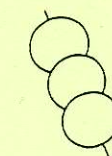
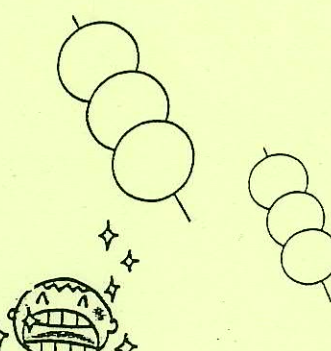
●食中毒が発生しやすく、食品が傷みやすい季節です

・白飯のお弁当には、梅干しを入れましょう。  
(種は危ないので、必ず取って入れてください。)

・ご飯は冷めてから、ふたをしましょう。

・お弁当箱・はし・はし入れは、しっかりと洗い、乾燥させて衛生的にしましょう。

☆☆宜しくお願い致します☆☆



今日の献立よ!

松風焼き ~6月18日の献立~

<材料> 1人分

鶏ひき肉...45g

ねぎ...10g

玉ねぎ...10g

パン粉...4g

牛乳...6g

卵...5g

砂糖...1g

みそ...4g

白ごま...0.5g

油...0.8g

ワンポイント

盛り付けはにんじんの甘煮・トマト・

フロッキー・きゅうりスティックなどを

取り入れると鮮やかです

1. 玉ねぎ、ねぎをみじん切にして、から炒りする

2. Aをねほりけがでるまでよく混ぜる

3. 天板に油をしき2を2cm位の厚さにならし、ごまをふりかけて200℃のオーブンで約20分焼く

..食育活動..

ゆで卵の殻むき(さくら、たんぽぽ)

はやく、上手における子、なかなか殻がむけず、悪戦苦闘する子...生卵みたいに、慎重に卵を扱う子...いろいろなお友達がいきました。最後は皆、きれいにおけて、塩、マヨネーズ、好きな方をかけて頂きました。

卵の栄養についても学びました。

(赤の食品:ぐんぐん大きくなる食べ物)

