

給食だより

平成28年7月1日 会津報徳保育園

日に日に、陽ざしのまぶしさが増して、夏本番の暑さを感じます。給食の時間も汗をかきながら、一生懸命食べる姿が見られます。

今の時期、体調を崩しがちになっていますので、食欲がないときはニンニクやしょうが、梅、しそ、ねぎなどの香りの強い食材を取り入れてみましょう。

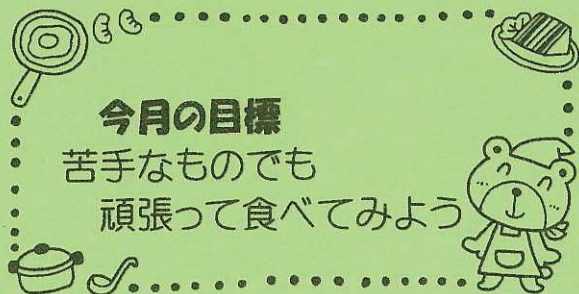


☆ **七夕そうめん** ☆ ☆ * . . . ☆
平安時代、「七夕にそうめんを食べると大病にかからない」として、7月7日にそうめんを食べる習慣が生まれました。また、真夏の弱った体をいたわるために、消化のよいそうめんを食べるようになったともいわれています。

*園でも、7月7日に七夕そうめんを食べます。そうめんを食べる時は、麺だけでなく卵や鶏肉、野菜(薬味)など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

食育活動♪

14日 お弁当詰め(たんぽぽ組)

いつもはお皿に盛り付けてあるおかずですが、自分で取り分けてお弁当に詰める作業をしてもらいました。初めての挑戦で、サラダやバナナの入れ方に悪戦苦闘していましたが、皆とっても上手に詰めることができました。ほんの少しのことですが、自分で手を加えたことで、いつもよりも給食が美味しく感じられたようです。

22日 お弁当詰め(さくら組)

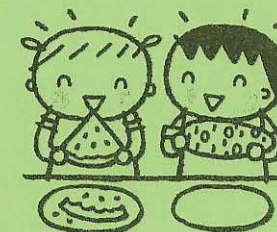
たんぽぽ組さんと同様、お弁当詰めに挑戦しました。魚にタレをかけるという難しい作業もありましたが、「魚がおっきくて難しいな」「オレンジはここに入れるといいよ」などお互いに声を掛け合ったり、手伝ってあげている姿が見られました。

最後の後片付けまで、しっかりと行ってくれました。



今月の予定

- 1日 とうもろこしの皮むき(もも)
- 8日 お誕生会
- 15日 とうもろこしの皮むき(ぞう)
- 18日 海の日
- 21日 とうもろこしの皮むき(たんぽぽ)
- 26日 ポップコーンが出来るまで☆(全園児)
- 28日 とうもろこしの皮むき(たんぽぽ)



* さくら組は19日からバイキング式給食になります。
…サマーキャンプでは、自分の食べるご飯やおかずを自分でとりにいくので、園でも取り入れたいと思います。
ご家庭でもぜひお手伝いをさせてあげてください。

