給食だより

2017年6月
五十川保育園

日に日に暑さが増し、木々の緑も深まってまいりました。梅雨のジメジメしたうっとうしい時期に入ると、暑さと湿気でカビやバイ菌が繁殖しやすく、食中毒や伝染病が起こりやすくなります。御家庭でも、手洗いの励行、二次汚染の防止、卵や肉類の取り扱い方などに十分注意しましょう。給食作りでも、十分衛生管理に気を配り、清潔・迅速・温度管理を徹底していきたいと思います。今年も暑い夏になりそうなので、夏バテしないように今から体力をつけておきましょう。



私たちの生活には欠かすことのできない『食事』。
『食事』について正しい習慣を身につけ，子どもの食べる力を育てていきましょう。

楽しく食べましょう



食べることが楽しみになるというのは，とても大事なことです。家族やお友達と，会話を楽しみながらゆっくり食べる食事は，心もからだも元気にしてくれます。
みんなで食べると楽しいな！おいしいな！と会話をしながら，同じ気持ちを共有し，分け合って食べる経験を通して，いろいろな食品を知る機会が増え，人の愛情や思いやりの心を育むきっかけにもなります。楽しい食事の雰囲気をつくりましょう。

五感で味わおう



食べもののおいしさを知ると，食事はもっと楽しくなります。子どもの頃から，様々な味を経験し，いろいろな食品を見て，食材ごとに異なる歯ごたえ，口触りを感じ，料理を作る時の匂いや音，口の中へ広がる風味などを感じることにより，食べてみようという意欲が育ちます。
その経験を繰り返すうちに、味だけではなく，見た目，音，歯ごたえ，匂いなどの記憶が楽しさ，おいしさの記憶とつながります。
「おいしいね」の言葉に少しプラスして「どんな音がするかな？」「シャキシャキして、おいしいね」など，五感を刺激するような声かけをしてあげましょう。

6月は食育月間です。毎月19日は食育の日です

献立表

日	曜	昼食	3歳未満児追加 10時	延長
1 15 29	木	初期：おかゆ・玉葱・人参 中期・後期：おかゆ　人参スティック　三色野菜の煮物　清汁	㊟ オレンジ	
2 16 30	金	初期：おかゆ・玉葱・人参・小松菜 中期・後期：おかゆ・人参スティック ひじきと白身魚と野菜の煮物　トマトスープ	㊟ メロン	
3 17	土	初期：うどんのくたくた煮　つぶしバナナ 中期・後期：野菜うどん　バナナ	㊟ 桃缶	
5 19	月	初期：おかゆ・玉葱・人参・じゃが芋 中期・後期：おかゆ・人参スティック マッシュポテト　野菜スープ	㊟ 甘夏柑	
6 20	火	初期：おかゆ・じゃが芋・人参・豆腐 中期・後期：おかゆ・人参スティック 豆腐と野菜のやわらか煮　じゃが芋の味噌汁	㊟ チーズ	
7 21	水	初期：おかゆ・人参・玉葱・じゃが芋 中期・後期：おかゆ・人参スティック 白身魚と野菜の和え物　玉葱の味噌汁	㊟キウイフルーツ	
8 22	木	初期：おかゆ・人参・玉葱 中期・後期：おかゆ・人参スティック 二色野菜のコトコト煮　オニオンスープ	㊟ バナナ	
9 23	金	初期：おかゆ・玉葱・人参・大根・じゃが芋 中期・後期：おかゆ・人参スティック じゃが芋のそぼろ煮　大根の味噌汁	㊟ メロン	
10 24	土	初期：うどんのくたくた煮　つぶしバナナ 中期・後期：野菜うどん　バナナ	㊟ パイン缶	
12 26	月	初期：おかゆ・人参・玉葱 中期・後期：おかゆ・人参スティック 人参と玉葱の煮物　清汁	㊟ バナナ	
13 27	火	初期：おかゆ・じゃが芋・キャベツ・人参・玉葱・豆腐 中期・後期：おかゆ・人参スティック 豆腐と野菜の煮物　ポテトスープ	㊟ せんべい	
14 28	水	初期：おかゆ・人参・小松菜 中期・後期：おかゆ・人参スティック 人参と小松菜の煮物　野菜スープ	㊟ ウエハース	

20日　誕生会
初期：おかゆ・人参・玉葱
中期・後期：おかゆ・人参スティック・しらす干しと野菜の煮物・コーンスープ

※初期は毎日ペースト状になります。

㊟牛乳