

7月の給食だよ!

令和6年7月号

顕陽会 すみだこども園

梅雨が明けるといよいよ夏本番となります。暑いと食欲が低下し、冷たいものばかりとりがちになります。暑さ対策をしっかり行い、暑い夏を乗り切りましょう。



春に種を蒔いた野菜たちがそろそろ収穫できそうです。天気の良い日はお水やりをして大切に育ててきました。朝、こども達は「これとれたよー」「おいしくしてください」「また持ってくるね」とうれしそうに渡してくれます。調理をしてお昼ご飯に出しています。

食中毒注意報発令中

食中毒予防の3原則ってなあに?

① **つけない**
器具を清潔に
手指をつど洗う
食材をしっかり洗う

② **増やさない**
早く冷やす
冷蔵庫に保存する

③ **やっつける**
食材の中心部まで
しっかり加熱する



給食室では、食材を 85℃ 90秒以上加熱しています。手指に傷があるとき、出来上がりの食材を扱うときは手袋を使う、出来上がってから2時間以内に喫食する、など衛生面に常に気を付け、子どもたちに安心安全な給食を提供しています。

5歳児の様子

ヨモギ団子作り

柔らかい新芽だけを使い、ゆでて細かく刻んで団子にいれました。だんご粉と混ぜるとだんだんと緑色に…「きれいな色〜」「よもぎのにおいするね〜」と楽しそう…ゆでるとお部屋にもっとヨモギのいい香りが漂ってきました。もう待ちきれません。きな粉をまぶして、いただきまーす。とってもおいしくてぺろりと食べてしまいました。



2歳児の様子

玉ねぎの皮むき

こども達の手よりも大きい玉ねぎ…初めはどこからむいていいのかわからず、こうやってむくんだよと教えると上手に小さい手でむきむき…「目がいたいね」と言いながら匂いを嗅いだりしていました。頑張ってくれた玉ねぎは鶏肉の照り焼きのトッピングと味噌汁になりました。いつもよりおかわりしてくれ、うれしかったです。またおうちでもお手伝いしてね。



今月の食育絵本「バナナ」



バナナは好きですか?よく給食でも登場するバナナ・・・
とても栄養価の高いバナナは食べるとからだにいいことがたくさん!
●病気になるにくいからだをつくるたすけになる
●からだを動かすエネルギーになる
●腸の動きがよくなって便がでやすくなる など

おいしいバナナの選び方 先っぽがぷっくりしているほうがおいしいようです。一度試してみてくださいね!



7月5日(金)

七夕ランチ

天の川そうめん

果物 ぶどう

お楽しみに〜!(^^)!