



発行日 平成28年 6月 1日 下田部保育園

今年も梅雨の季節がやって来ます。この時季は、雨が続いたかと思えば、晴れの日には急に蒸し暑くなり、いつも元気な子どもたちも何となく活動が鈍くなったり、食欲が落ちたりして体調を崩しがちです。ですから、しっかりと手洗い・うがいを心がけていきたいですね。また、これから訪れる夏本番に向けて、規則正しい食生活をし、元気な体を作っておくことも大切ですよ。

☆ 6月4日はむし歯予防デーです ☆



虫歯を予防するための1つに“よく噛むこと”があります。「噛む」ということは、あまり日頃意識していないかと思いますが、身体にとっては大切な働きをしているので、今回はこの「噛む」という行為に着目してみたいと思います。

☆よく「噛む」と・・・☆

- ◎虫歯を予防します。
- ◎食べ物のおいしさを感じます。
- ◎消化を助けます。
- ◎歯やあごを育てます。
- ◎言葉の発音がはっきりするようになります。



もちろん、食事の時に「噛む」だけではなく、食後の歯磨きを忘れずにしましょう！！！！

 歯磨きの習慣を身につけ、ピカピカで元気な歯にしましょうね☆ 

おいしいつばやき①

先月11日、ばら組さんに、豆ごはんに使う「えんどう豆のさやむき」のお手伝いをしてもらいました。始める前にお話している時も、みんな真剣に聞いてくれていましたよ！！

最初はなかなかコツが掴めない様子でしたが、すぐに上手にたくさんの豆をさやから出してくれていました☆

次の日の朝、お米を炊く前の「豆ごはん」をみんなに見てもらったこともあり、給食の時には「豆ごはんおいしい！！」「見てー！！全部食べたよー！！」と、たくさん言ってくれました。

やはり、自分たちでさやを剥いた「えんどう豆」は、味も格別だったようですね♪



おいしいつばやき②

先日、「葉付きの人参」をみんなに見せながら、「この葉、なーんだ？」クイズをしました。

みんな興味を示してくれ、年齢が上がるほど、「大根？ 人参？ かぶ？ 玉ねぎ？ トマト？ きゅうり？ 白菜？ じゃがいも？・・・」などなど、たくさんの野菜の名前を教えてくださいました！！

「人参の葉は、細かくて細いんだよー！！」とみんなに伝えると「ほんとやー☆」「それ今日の人参？」などと楽しそうにお話してくれ、給食の先生たちも嬉しかったです♪

6月



こんだて表

6月4日(土)は、
保育参観日です。

今年も少しずつでは
ありますが、試食を
ご用意しています。
是非、この機会に
保育園の給食を
ご試食頂き、感想を
お聞かせください。

また、アンケートも
実施予定ですので、
ご回答頂けると
嬉しいです!!!

13	マーボー豆腐 フロccoliーとカニカマの和えもの	6	親子丼 白菜のゆかい和え
27	わかめスープ ごはん	20	みそ汁 フキゼリー
14	チャーハン もやしとツナの中中華サラダ	7	ハヤシライス キャベツと春雨の青ドレサラダ
28	きのこのスープ りんご	21	サラダデザート
1	ちくわとししゃもの磯辺揚げ きんぴらごぼう	8	さばのカレー風味焼き かぼちゃサラダ
15	納豆 みそ汁	22	みそ汁 ごはん
2	ポテトグラタン トマトと大豆のサラダ	9	牛肉の甘味噌炒め きゅうりとキャベツの酢の物
30	コンソメスープ ロールパン	木	すまし汁 ごはん
木	16日☆お弁当日☆	木	23日☆お誕生日会☆
3	鮭の味噌マヨネーズ焼き 三度豆のごま昆布和え	10	えびのトマトクリームスパゲティ フロccoliーとゆで卵のサラダ
17	すまし汁 ごはん	24	コンソメスープ ハニーロール
4	和風カレーうどん 白菜とほうれん草の煮びたし	11	おからの真珠蒸し 磯煮
18	オレンジ ごはん	25	みそ汁 ごはん
29	焼き鶏 キャベツとツナの味噌マヨ和え		
水	みそ汁 納豆 ごはん		

- * 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- * 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- * 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

☆保育参観献立☆ (4日)

- * 和風カレーうどん *
- * 白菜とほうれん草の煮びたし *
- * オレンジ *
- * ごはん *

☆5月 お誕生日会メニュー☆

- * チキンライス *
- * キャベツとコーンのサラダ *
- * ミートボール *
- * コンソメスープ *
- * ヤクルト *

手作りおやつ

	離乳食	乳児・幼児		離乳食	乳児・幼児
2日(木)	しらすおにぎり	ゆかいと黒ゴマのおにぎり	3日(金)	トマトゼリー	ブルーチェ
9日(木)	トースト(パン)	ラスク	10日(金)	きなこおにぎり	塩昆布とコーンのおにぎり
14日(火)	蒸しパン	ソーセージ入り蒸しパン	16日(木)	パンケーキ	パウンドケーキ
17日(金)	果物の甘煮	フルーツヨーグルト	21日(火)	トースト(パン)	りんごとカスタードのトースト
22日(水)	フルーツゼリー	フルーツゼリー	24日(金)	ツナおにぎり	ツナと玉ねぎのおにぎり
28日(火)	トースト(パン)	ジャムサンド	30日(木)	さつまいものおにぎり	さくらえびのおにぎり