



給食だより

かやの実保育園給食室

梅雨の季節になりました。雨が続くと気温が下がり、体調を崩しやすくなります。また、これから夏に向けて、ジメジメと湿度の高い、過ごしにくい日も増えてきます。それに伴い、この季節は食中毒の発生が多くなります。手洗い・うがいや食べ物の管理など、衛生面にも気をつけましょう。

6月は食育月間です!

近年の食をめぐる環境の変化の中、豊かな人間性を育み、健全な食生活を実践することができる能力を身につけるための「食育」が重要になっています。

できることから始めよう!こんなことも「食育」につながります!

1. 家族や友人と楽しく食卓を囲む
2. 1日3食きちんと食べる習慣を身につける
3. 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする

郷土料理～宮崎県～

ざぶ汁…根菜類の野菜などを
“ざぶざぶ”と煮ることから。

チキン南蛮

みそころばかし…「ころばかし」と
は方言で鍋の中で煮転がすことを
いう。

とりめし



今月の食育活動

幼児

- ・梅シロップ作り(らいおん組)
- ・昼食材料紹介 ・ラップおにぎり
- ・そら豆のさやとり ・米とき
- ・レストランごっこ

うさぎ組

- ・つるむらさきちぎり ・じゃがいも洗い

補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
12.26 月	混ぜ ごはん	5.19 月	ふりかけ ごはん
13.27 火	ゆかり ごはん	6.20 火	混ぜ ごはん
14.28 水	混ぜ ごはん	7.21 水	ふりかけ ごはん
1.15.29 木	ふりかけ ごはん	8.22 木	ゆかり ごはん
2.16.30 金	混ぜ ごはん	9.23 金	わかめ ごはん
3.17 土	焼き おにぎり	10.24 土	焼き おにぎり

絵本給食がはじまります
 幼児クラス対象、今月の27日に
 チリとチリリ あめのひのおはなし
 から登場します。
 どんなものが出るかお楽しみに♪