



# 給食だより

さくら保育園 給食室



これから本格的な夏が始まります。この時期は疲れやすく、食欲も落ち気味になるので体調管理により一層気を配らなければなりません。

暑い夏を乗り越えるために規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけましょう！

## 7月7日は七夕です



七夕は「笹の節句」と呼ばれ、桃の節句や端午の節句など1年の大切な節目を表す行事を示す「五節句」のひとつです。織姫と彦星の伝説で有名な中国の「きっこうでん」という風習と、日本で古来から行われてきた裁縫や書道など手習い事の上達を願う「たなばた」という風習が合わさったものだと言われています。

現在は様々な願い事を書く短冊ですが、昔は手習い事の上達を願う風習だったため「字が綺麗になりますように」という願いを込めながら短冊を書き、神様に願いが届きますようにという祈りを込めて神聖な笹に短冊や飾りを吊るしていました。



### 郷土料理～沖縄県～

- ・タコライス  
メキシコ料理のタコスと日本のご飯を組み合わせた沖縄発祥の料理です。
- ・アーサー汁  
アーサーとは沖縄の方言であおさのりのことです。
- ・にんじんシリシリー  
シリシリーはすり下ろす時の音の『スリスリ』を表す沖縄の方言です。

### 今月の食育活動

- とうもろこしの皮むき そら5日かぜ19日
- 枝豆もぎ かぜ10日そら24日
- カップケーキ作り かぜ(ばら・すみれ)9日  
そら(ばら・すみれ)23日  
ゆり31日
- かき氷作り たんぽぽ11日  
かぜ25日そら26日



### 補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
1,29 月	ごましおごはん	8,22 月	ふりかけごはん
2,16,30 火	ゆかりごはん	9,23 火	わかめごはん
3,17,31 水	わかめごはん	10,24 水	ゆかりごはん
4,18 木	ふりかけごはん	11,25 木	おかかごはん
5,19 金	おかかごはん	12,26 金	ごましおごはん
6,20 土	焼きおにぎり	13,27 土	焼きおにぎり



★ さくら保育園では、毎日の献立の写真を

X(旧 Twitter)にて公開しています

(@Sakura\_Hoikuen)

