



給食だより



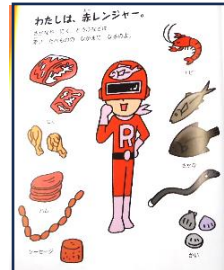
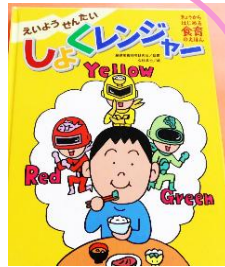
あっという間に春が過ぎ去り、紫陽花が色づき始め、梅雨の気配を感じる季節となりました。季節の変わり目は体力が落ちやすくなるため、よく食べ、よく眠り、体調管理に気をつけましょう。

食レンジャー



今年度から食レンジャーという食育絵本を使って食育をすすめていきます。黄、赤、緑のレンジャーたちが、それぞれの色の食べ物が体の中でどんな働きをするのか、3色の色の食べ物にはどんなものがあるのか、3色の食べ物を一緒に食べる大切さを教えてくれます。

4月にすわん組、きりん組、たか組のこども達に食レンジャーの紙芝居をしました、「○レンジャーの食べ物にはどんなものがあるかな？」の質問に大きな声でたくさん答えてくれました。給食中に「3色食べたよ」という嬉しい声も聞こえてきました。



夏野菜を植えました

5月の終わりに、たか組のこどもたちと一緒に土をホクホクに耕して、なすと大玉トマトときゅうりとピーマン（緑・赤・橙色の3色です。小さい頃は緑ですが、育つと色づくそうです）を植えました。

毎日少しずつ大きくなっています。一緒に見てみてくださいね。



食品の管理に気をつけましょう

暑くなってきました。この時期は食中毒に注意が必要です。

しっかり加熱する。

調理したら早めに食べる。

冷蔵庫で保管する。

などに気をつけることで食中毒のリスクを下げることができます。



おにぎりクッキング

6月にたか組でおにぎりクッキングを行う予定です。保育室でお米を研いで、炊飯器にセットし、ごはんが炊けるいい匂いを楽しんで、炊き立てのごはんで美味しいおにぎりを作ります。

