

給食だより



令和6年8月1日(木) 調布なないろ保育園

園長 山口 三奈

栄養士 平田 直子

吉田 早希



真夏の陽ざしがキラキラと照りつける日が続いています。熱中症を予防するためにも、日中の長い時間の外出はできるだけ避けて、水分をこまめにとるように心がけましょう。外出時は、帽子をかぶる、冷やしたタオルを首にかける、などの工夫が大切です。



①食中毒予防のポイント

- ★手洗い⇒調理前・食事前、トイレ・外出のあとは石鹸でよく手を洗う。
- ★生野菜はよく洗う。多くの細菌は熱に弱いので食べ物にはよく火を通す。
- ★調理後の食品をすぐに食べないときは、室内に放置せず、冷蔵庫で保管する。
- ★免疫力⇒子どもたちは活発に遊んで、夏バテしない体力をつける。

②ペットボトルの細菌繁殖に注意

- ★ペットボトルの飲みものはコップに注いで飲む。
⇒雑菌は口からペットボトルに移るので注意!!
- ★飲まないときは必ず冷蔵庫へ。
⇒一度口をつけたペットボトルは冷蔵庫で保管し、細菌の繁殖を抑える。

③夏場でも食事のときの換気を忘れずに

- ★マスクをはずしているときは、特に換気に注意。
- ★換気でウイルスや細菌を外に追い出す。



郷土料理～宮崎県～

- ・チキン南蛮(宮崎県)・・・チキン南蛮の“南蛮”はポルトガルやスペインから来日した人やそれらの国から持ち込んだ文化のことを指します。そして持ち込まれた食文化のことを「南蛮料理」と言ったそうです。その中でも魚や肉を揚げ、南蛮酢(ネギ、玉ねぎ、唐辛子入りの甘酢)に漬けたものを「南蛮漬け」と呼び、鶏肉を漬けた物を『チキン南蛮』と呼ぶようになりました。



郷土料理献立は8月30日(金)に提供します。

食育活動の様子

5歳児クラス…梅ジュースの試飲と索餅作り



索餅の生地をねじって形成。粘土遊びが得意だから、索餅作りもお手の物!大きかったり、小さかったり、それぞれの個性が光っていました。



6月に作った梅ジュースが完成し、夏祭りで提供する前に子どもたちと試飲しました。お味は「おいしい!」と大絶賛でした♪



3歳児クラス…餃子の皮でピザ作り



クラスで栽培、収穫したなすとトマトを使ってピザ作り♪収穫するたびに「ピザ作りたい」と話していたので気合は十分!思い思いにトッピングをし、完成したピザに嬉しそうでした!