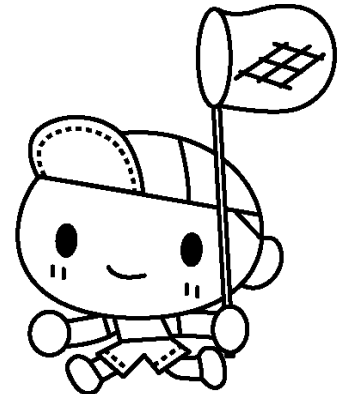
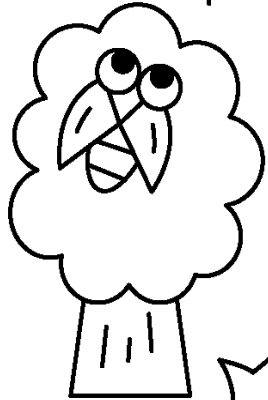


給食便り

暑い夏を元気に過ごすために

いよいよ夏本番です。熱中症に気を付けながら元気に過ごしましょう。今年の夏は楽しいイベントも減ってしまいましたが、夏ならではの給食や食体験をさせてあげたいと思っています。朝ごはんをしっかり食べ、よく遊び、よく食べ、良く休んで体調管理に気を付けましょう。特に朝ごはんは1日を元気に過ごすために大切です。



♪ 保育所での夏の食体験 ♪

- 先月よりプランターのきゅうり、なす、ピーマンの収穫が始まり、そう・きりん組で収穫をし、お昼に炒め物や塩もみ等で夏野菜を味わっています。プランターの野菜は美味しいとよく食べてくれています。
- 先日、きりん組でとうもろこしの皮むきを行いました。おやつ茹でてもろこしのとうもろこしです。下の茎の部分折るのは少し力がいりますが、皮をむくのはみんなとても上手です！衛生管理には今まで以上に徹底して気を付けて行っています。
- 枝付きの枝豆を回覧し、枝豆がどのようになっているのかを見ました。おうちのお庭でも育てているよ！という子もいました。



今月の世界の料理「タイ」



タイ料理といえばエスニックフードの代表格です。その魅力は辛味・甘味・酸味が絶妙にマッチしたエキゾチックな味わいです。その中でも子ども達が食べやすいのではと思い、「カオマンガイ」を取り入れました。鶏のゆで汁で炊いたご飯に茹でた鶏と甘辛ソースがかかった料理です。子ども達の食べやすい味に仕上げるため、どこまで世界の料理の味に近づけているか。なるべくいつもの給食とは違うことが伝わるようにその国の旗をたてるなどの工夫をしています。

