



給食だより

★今月の食育目標★
食事のマナーを知りましょう

気温が上がるこの季節、高温多湿に体が対応できず、なんともいえない体のだるさや食欲が減退しがちになる体の不調を夏バテといいます。とくに乳幼児は体温を調節する機能や胃腸の働きが発達途中のため脱水症状になりやすく食欲も落ちやすくなります。食事と水分をしっかり摂り、眠る時間と起きる時間を一定にするなど規則正しい生活を心掛けて夏バテしない体づくりをしていきましょう。

また、気温の上昇とともに食中毒の発生率もぐんと上がります。引き続き、園での食材管理や衛生管理など、更に気を引き締めて行っていきます。



知っていますか？

食事のマナーを守ってみんなで楽しく食べましょう

食事の時、他人がした行為のうち、不快に感じるのは、「口を開けて音を立てる」がもっとも多く、次いで「食器類で音を立てる」「食事中に携帯電話の操作」となっているそうです。一緒に食事をする人の気分を書さないように、子どもたちには日頃から正しい食事のマナーを伝えたいですね。



手洗いうがいをする

食事の前には必ず手洗いうがいをしましょう。



あいさつをする

「いただきます」「ごちそうさまでした」感謝の気持ちをもってあいさつしましょう。



口をとじて食べる

口をとじてよく噛んで食べましょう。



姿勢よく食べる

肘をついて食べないように背筋を伸ばして食べましょう。



夏野菜、大きく育っています！



ぱんだ組の子どもたちが毎日水やりをしてくれるので、順調に大きく育っています。収穫した野菜を給食で使用しますので、楽しみにしててください。

七夕給食

七夕にそうめんを食べると一年間、無病息災で過ごすことができるといわれています。

給食では、コーンを天の川に見立て、星型の人参とオクラを飾り七夕そうめんを作ります。

給食を通して子どもたちの健康を願います。

