

6月給食たより 2025年度

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。この時期は気温と湿度が上がり、食欲もダウンしやすくなります。のどが渴いたときだけでなく、こまめに水分補給し、バランスのよい食事で体力を維持しましょう。

6月の食育の予定

[ひよこ・あひる]→今月は実施しません。

[うさぎ]

10日火曜日 フロッキー・カリフラワーに触ろう!

[ひつじ・ろば]

9日月曜日 あじ(魚)の観察をしよう!

[はと]

5日木曜日 味噌づくり ~株式会社マルコメさんのお話~



6月は「食育月間」です

毎年6月は、
国が定めた食育月間になります!

食を通して、健やかな心と身体を育む活動が食育です。「食育」と聞くと、身構えてしまうかもしれませんが、食育は身近なところにあり意識しなくても食育に繋がっていることが多くあります。

この給食たよりをきっかけに、身近にある食育について振り返っていただけたらと思います。

身近な食育例

☆一緒に楽しくたべる

食事を誰かと共にすることでより楽しい食の時間を過ごすことができます。



「この味が好き!」
「美味しいね」等の
会話から食べる楽しさを味わうことができます。

- ☆食べ物の絵本と一緒に読む
- ☆調理しているところを見せる

☆一緒に食材の買い物に行く

買い物に行くと様々な食材が並んでいます。例えば、お子さんに食材を選んでも



らったり、一緒に見て買った食材をどのように使うか話したり、食の知識が増えて、食べることが楽しくなりますね。

保育園での食育

はと組で味噌づくりを行います! (6月5日)

年長クラス はと組さんの梅干し作りが恒例行事としておりました。時間をかけながら梅干しが完成していく様子を観察するなかで食べ物が貴重なものであると知ることができたと思います。今年さんいく保育園有明が10周年ということもあり、今年味噌づくりを行うことにしました! お味噌の専門家のマルコメ株式会社にお越しいただき、ご指導のもと味噌づくりに挑戦します! 味噌がどのようにできるか楽しみですね。

◇さんいく保育園有明の梅干し展のご紹介~10周年の梅干しの軌跡~

10周年を記念して、今までのはと組さんが作った梅干しの展示を玄関横のスペースにて行います。ぜひご覧ください。

日程 6月23日月曜日~25日水曜日



6月の献立

◇旬の献立 6月19日 そらまめごはん(おやつ)

絵本「そらまめくんのベッド」でも馴染みの「そらまめ」は4月~6月が旬! 刻んだそらまめを混ぜごはんにして提供いたします

◇麺のメニューいろいろ

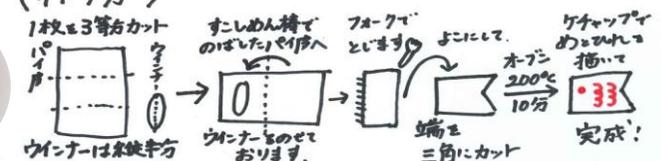
- 6日ジャージャー麺
 - 9日ひやむぎ(おやつ)
 - 16日おやつタンメン(おやつ)
 - 19日冷やし中華
- 中華麺を使用する献立に関しては幼児は中華麺、乳児はうどんにて提供いたします。

5月の行事食のご紹介~こいのぼりパイ~

こいのぼりパイのレシピ 3匹分

材料: パイ皮1枚・ウインナー1.5本・ケチャップ適量

<作り方>



日本ゼネラルフードさんが素敵なこいのぼりパイを作ってくださいました。