













柏木保育園

給食だより R2·6月号

新型コロナウイルスによる緊急事態宣言も全国的に解除され、園にも徐々に子ども達の元気な姿が戻ってきま した。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるため、引き続き健康管理に十分配慮して頂きたいと思っており ます。特に6月は梅雨に入りますが、この時期は食中毒多発期です。食品の味や風味の変化に気づかずに食べてしまい がちです。①しっかり加熱②できたらすぐに食べる③冷蔵庫で保存するなど、食品管理に気をつけてください。



カピカ手洗い☆

~手洗い指導を行いました!~

5月27日さくら・ひまわり組さんで手洗い指導を行い ました。昨今新型コロナウイルスが流行するなか、手 洗いの重要性が注目されています。

紙芝居を使いなぜ手洗いが大切なのか、どんな時に手 を洗うのかを説明した後、正しい手の洗い方の練習を 行いました。

①水で手を濡らす②せっけんを手に取る③「おねが い」ポーズで泡を立てる④「かめ」ポーズで手の甲を 洗う⑤「お山」ポーズで指の間をよく洗う⑥「バイ ク」ポーズで親指を洗う⑦「おおかみ」ポーズで手の 平、指の先を洗う⑧手首を掴んで洗う⑨しっかり流す ⑩清潔なタオルで拭く、という流れで行いましたが、 みんな「かめさん」「お山」など声に出しながら真剣 に手を洗っていました。その後、外遊びからかえった 後や給食前なども真剣に手を洗う姿が見られ ましたが、ぜひお家でも家族みんなで正しい





手洗いを実践していただきたいと思います。

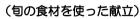






(6月の旬の食材)

さやいんげん・枝豆・胡瓜・トマト・ピーマン ・パプリカ



6月4日 枝豆ご飯

6月9、23日 ハニートマト

6月17日 中華きゅうり

6月25日 きゅうりとわかめの酢の物

6月26日 パプリカマリネ

6月27日 いんげんごま和え

(そら豆おいしいね!)

初夏に向けて出回る旬のそら豆。18日にはちゅう りっぷ組さんにさやむき体験をしてもらう予定に なっています。少しくせはありますが、亜鉛とビタ ミンB2に富んでます。















皐日できる感染症対策は 「よく噛む」ことだった!

よく噛むことで唾液の分泌が促され、様々な病 気の原因になっている口の中のばい菌が唾液に よって洗い流され、胃に運ばれ、ペプシンと呼 ばれる消化酵素によってやっつけられます。ま た、唾液には免疫成分も含まれているため、よ く噛むことで唾液がたくさん分泌されると免疫 成分も豊富になり、ちょっとやそっとではばい 菌は体に侵入できなくなります。また、噛むこ とで体温も上昇するため、免疫力アップに効果

よく噛んで新型コロナウイルスやインフルエン ザに負けない体を作りましょう!



(幼児1人分材料)

豚ひき肉40g・キャベツ11g・玉ねぎ17g・しょう; 0.7g・砂糖1g・しょうゆ1g・食塩0.3g・酒2g・ 片栗粉1.6g・シュウマイの皮4g・グリンピース1粒

(作り方)

① キャベツ、玉ねぎ、しょうがはみじん切りにする。 グリンドースはゆでる。

②シュウマイの皮は5mm幅程度の線状に切る。

③ひき肉と①、調味料、片栗粉を混ぜ合わせ、 シュウマイのタネを作る。

④③を一口大に丸く形成し、シュウ 全体に散らしてかけ、チュッシェラっ シピースを押し込むように乗せる。



