



6月の給食だより



2025年5月30日 ひまわりやすにしこども園

あっという間に春が過ぎ去り、梅雨の気配を感じる季節となりました。

この季節は気温と湿度が上がり、食欲もダウンしやすくなります。

のどが渴いた時だけでなく、こまめに水分補給をし、バランスの良い食事で体力を維持しましょう！

食中毒予防の3原則

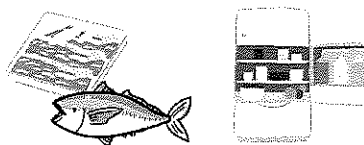
つけない

手指には目に見えない菌がたくさん付着しています。食品や口につけないように、家に帰ってきた時、料理を始める前、食事をする時など意識して手洗いしましょう。



増やさない

細菌は高温多湿な環境で増えてしまうものが多いです。生鮮食品は購入後すぐ持ち帰り、冷蔵庫に入れ保管しましょう。また、消費期限内でも早めに食べましょう。



やっつける

ほとんどの最近菌は加熱に弱いので、食材はよく加熱して食べましょう。包丁やまな板などの調理器具にも菌は付着しているので、よく洗い、熱湯や消毒剤で殺菌しましょう。



展示食についてのお知らせ

「夏の食中毒予防期間」である6月～9月の間は展示食をお休みさせていただきます。

ご協力のほどよろしくお願いいたします。

虫歯予防デー 歯と口の健康習慣

6(む)4(し)と読めることから、

6月4日は「虫歯予防デー」

4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。

園ではカルシウムを多く含む食材と、しっかり噛むことを意識した献立になっています。

また、日頃からしっかり噛んで食べるよう、おやつにいりこや昆布を取り入れ、食材も大きく切って調理しています。



5月の食育活動

手洗い指導(すみれ組さん)

すみれ組さんと正しい手の洗い方についてお勉強をしました。忘れがちな指の間や爪の間、手首もしっかり洗って、みんなでばい菌をやっつけました。



ピザ作り(ゆり組さん)

ゆり組さんとビニール袋を使ったピザ作りに挑戦しました。材料をすべて袋に入れ、みんなでもみもみ。生地が出来たらケチャップを塗り、野菜・チーズをトッピングし、オーブンで焼きました。子どもたちは焼きたてのピザを、「すごく美味しい」と嬉しそうに食べていました。