



きゅうしょくだより

しいの木保育園 2021年 6月

今月の食育テーマ

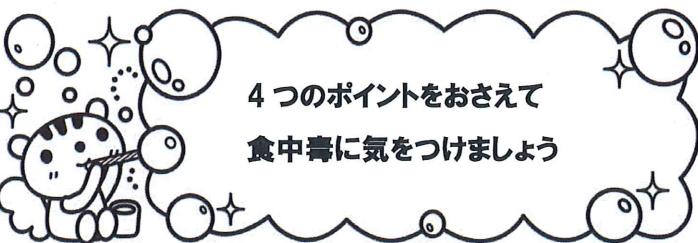
★ 歯科に関するもの ★

虫歯がないということ、歯を丈夫にすることは、とても大切なことです。
いい歯でしっかりよく噛んで食べると、良いことがたくさんありますよ

- ・肥満防止
- ・虫歯予防
- ・消化、吸収がよくなる
- ・食べ物本来の味がわかる
- ・脳の活性化 など



4つのポイントをおさえて
食中毒に気をつけましょう



ポイント
①

新鮮なものを食べきれる分だけ
購入しましょう

ポイント
②

しっかりと中心部まで
加熱するようにしましょう

ポイント
③

帰宅したらすぐに冷蔵庫に入れ
ましょう
詰め込み過ぎにも注意が必要で
す

ポイント
④

調理や食事の前、肉や魚や加
熱していない卵をさわったあと、
トイレからでたあとは、しっかりと手を洗いましょう

今月のおしらせ

6月9日 誕生日会

6月生まれのおともだち、お誕生日おめでとう！！
誕生会の特別メニューでお祝いします。

6月17日 愛情弁当

クラスごとで持参するものが異なります。
掲示板等で確認しましょう。

6月24日 和食の日

月に一度のしいの木保育園和食の日です。今月は、三種類の乾物をたっぷり使用した切り干し大根とひじきの煮物です。乾物は保存も長く、栄養や美味しさが『ぎゅっつ』と濃縮されている、万能な食材です。