



きゅうしょくだより

しいの木保育園 2021年 7月

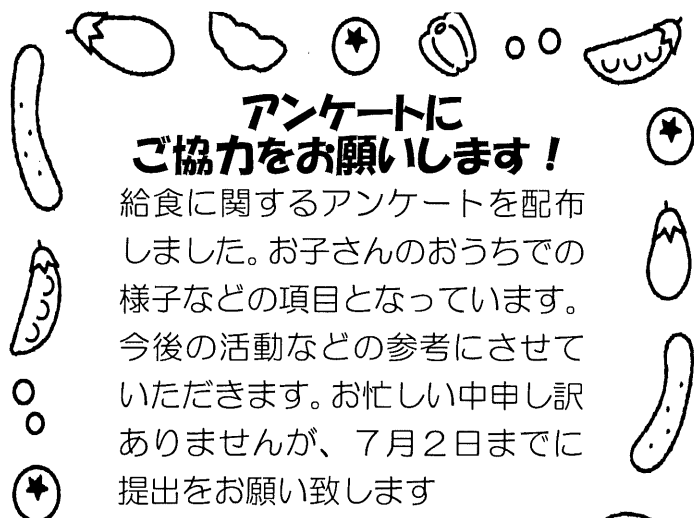
今月の食育テーマ

● 味覚を楽しむ ●

味覚とは、甘味・酸味・塩味・苦味・旨味の 5 つの味のことをいいます。

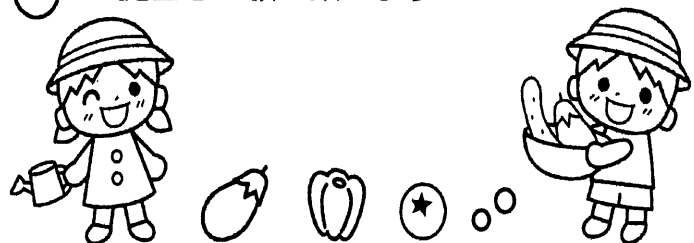
甘味・塩味は、子供たちにもなじみのある味だと思いますが、酸味は酸っぱいので、人間の本能で「腐っている」と認識してしまうそうです。特にちいさなお子さんは苦手な子も多いようです。

小さい頃からいろいろな味になれるということは、大切なことですね。



アンケートにご協力をお願いします！

給食に関するアンケートを配布しました。お子さんのおうちでの様子などの項目となっています。今後の活動などの参考にさせていただきます。お忙しい中申し訳ありませんが、7月2日までに提出をお願い致します



今月のおしらせ

7月7日 七夕・誕生日会

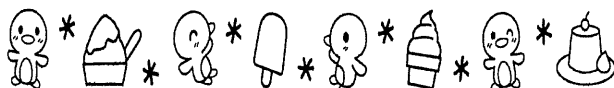
7月生まれのおともだち、おたんじょうびおめでとう。今月は誕生日会と七夕が一緒です。お星さまがたくさんの特典メニュー、楽しみにしています。

彦星さまと織姫さまの1年に一度だけ会える日、天の川が見えるといいですね



7月15日・24日 愛情弁当

お弁当と水筒の持参を、お願いします。お弁当が傷みやすくなる時期です。しっかりと加熱して、冷ましてからふたを閉めましょう。



7月29日 和食の日

今月は野菜の肉みそがけをご紹介します。夏が旬の冬瓜を使用します。冬瓜にはカリウムが多く含まれています。カリウムは体の中の余分なナトリウムを、体の外に出してくれるので、高血圧の予防になります。