

給食だより

2025. 7



雨が大地を潤して緑がイキイキしています。畑には小豆、いんげん。プランターにはピーマン、大豆。バケツにはうるち米ともち米がすくすくと育っています。
大きくなーれと毎日観察し、見守っています！



認定こども園睦保育園

こんなにたくさんのお砂糖が入っています。



上手な飲み物の与え方…

- ◎ のどが渇く時は甘くない麦茶を飲みましょう。
(虫歯や肥満の予防になります)
- ◎ ジュースには糖分が多く入っています(上記参照)
食事にも影響しますので注意しましょう!!
飲む時は…⇒コップに取り分けて飲みましょう。
- ◎ お出かけの時はマイボトルを準備して、こまめに水分補給をしましょう。

夏が旬の食材には体の余分な熱を冷ます効果のある物が多くあります。上手に取り入れて暑い夏を元気に過ごしましょう。



スナックえんどう筋とい
難しいね！ひまわり組

美味しい給食作ってね！ ばら組

手作りパンの日

今月は「ウイナーロール」ウィンナーにパン生地を巻いて作りました！

