



# 給食だより



令和6年度7月

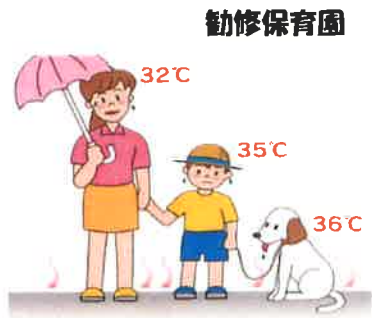
今年の梅雨明けも例年どおりになると言われていますが、梅雨があけると夏も本番となります。この時期は急に熱くなるため食欲が低下し、水分ばかりとりがちになり、体温調節機能が未熟な為うまく汗をかくことができません。服装の調節やのどが渇く前に水分補給をしましょう。



## 七夕（たなばた）

およそ1100年前、そうめんの原型と言われる麺料理「索餅（さくべい）」が中国に伝わったと言われています。七夕の儀式に無病息災を願う、縁起のよいものとして、言い伝えがあります。また、願い事を短冊に書き、それを笹の葉につるす風習もあります。

5日の給食とおやつは、七夕にちなんだ給食を予定しています。



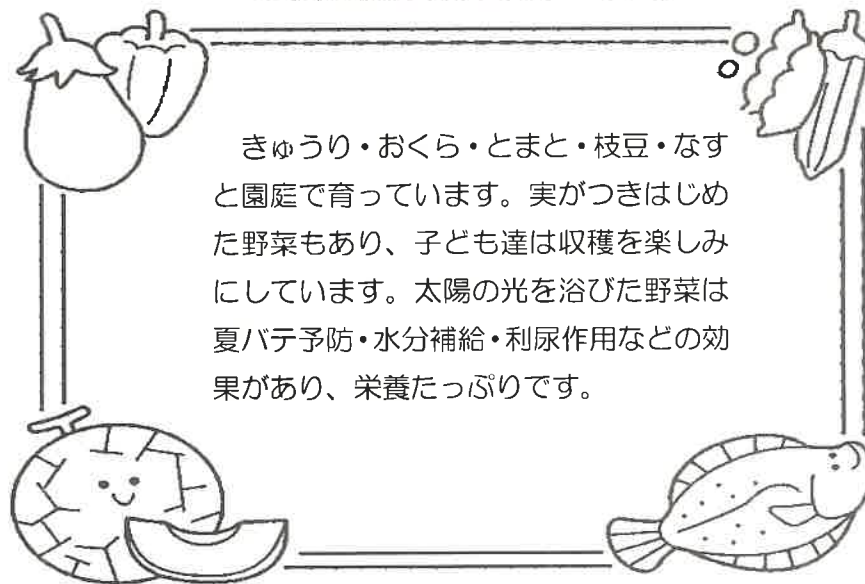
勸修保育園



## お楽しみ保育

6/3（月）に梅シロップづくりをしたのを、お楽しみ保育に乾杯することができました。カレークッキングも一度したので、みんな手際よく、じゃが芋の皮をむいたり、人参を包丁で切ることができました。自分たちで作ったカレーがおいしかったのか、おかわりもよくしていました。トッピングのチーズも人気でした。

## ～夏野菜を育てています～



きゅうり・おくら・とまと・枝豆・なすと園庭で育てています。実がつきはじめて野菜もあり、子ども達は収穫を楽しみにしています。太陽の光を浴びた野菜は夏バテ予防・水分補給・利尿作用などの効果があり、栄養たっぷりです。