



6月の給食だより

6月1日発行 南通りすこやか保育園
栄養士 工藤 礼喜子

少しずつ梅雨の季節が近づいてきました。2001年に国際食糧農業機関（FAO）が6月1日を『世界牛乳の日（World Milk Day）』に制定したことから、日本でも6月1日が牛乳の日となっています。

牛乳は健康長寿に役立つ栄養がたっぷり！今年も牛さんへ日頃の感謝をこめて牛乳で乾杯しましょう。

★ いちごとミルクの寒天を作ろう ★



【材料】ミルク寒天（水150cc、粉寒天2.5g、砂糖40g、牛乳250cc）、いちご寒天（水300cc、粉寒天2.5g、砂糖30g、いちご100g）、キウイフルーツ2個



【作り方】ミルク寒天は、鍋に粉寒天と水を入れ、混ぜながら1分沸騰させます。砂糖と牛乳を加えてひと煮立ちさせ、粗熱がとれたら透明のカップに半分まで注いで冷やし固めます。いちご寒天は、いちごをミキサーにかけてミルク寒天と同じ要領で作ります。粗熱がとれたらミルク寒天の上に注いで冷やし固めます。キウイフルーツを小さく切って飾ったら、できあがり。

※砂糖の量はお好みで調整しても良いです。



★ 給食のひととき ★

★たんぼぼ組★

毎日自分で食べようと一生懸命手掴みやスプーンでモグモグしています。おかわりも増え、褒めてあげると嬉しそうにパチパチしています。給食時間を楽しみつつ、コップ飲みなど少しずつ練習できるといいなと思います。

★すみれ組★

集中して食べていたと思えば、デザートを見つけて横を向いていたり、何やらお話ししながら食べていたり、それぞれ個性的なすみれさん。

好き嫌いがはっきりしてきましたが、無理強いせず、メリハリをつけて楽しく食べられるように見守ってまいります。

★ちゅーりっぷ組★

先日食べている様子を見に行くと『ヤミ〜！ヤミ〜！』と英語でおいしいを表現していました。（ちなみに塩野菜ラーメンの日でした）和え物のお皿も自分できれいに集まれ出来ていましたよ。

★ばら・ひまわり・さくら組★

『給食の先生〜！撮って〜！』とカメラを向けるといい顔で食べている様子を撮影させてくれます。『箸ってこう持つんでしょ？』『難しいよ〜！』と正しく持てるように自分で努力している姿も。毎日、少しずつでも正しい持ち方の練習を続けられたらいいですね。



