



8月の給食だよ

南通りすこやか保育園 8月1日発行
栄養士 神成 滯

スイカが美味しい季節になりました。8月に入ると暑さが厳しくなり、体調も崩しやすくなり、熱中症になりやすくなります。外出する時は帽子をかぶり、こまめに水分補給をしましょう。そして、疲れが溜まりやすくなるので疲労回復を促すビタミンB1が入っている豚肉やきのこ類を摂り、栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。



★ 給食のひととき ★

たんぼぼ組

新しいお友達が増えてお部屋が賑やかになりました。おやつ時間に牛乳を飲んでご機嫌の様子でした。自分でフォークを握っている姿も見られました。

食べた食材が増えたら担任の先生までお伝えください。

すみれ組

暑さにも負けず元気に過ごし、給食ももりもり食べています。フルーツが好きで、ペロリと完食してくれます。スプーンを使って食べたり、手掴みで食べたり個々に様子を見ていきたいです。

ちゅーりっぷ組

今現在、6人の子ども達が箸を使って上手に食べています。自分で最後まで食べようとしていて、お手伝いも『集まれして〜!』と声をかけてくれます。

ばら・ひまわり・さくら組

食べる時の姿勢がカッコよくなってきました。1つのものばかり食べるばかり食べが見られるので交互に食べる三角食べを意識していけたらいいと思います。

第1回 セタゼリーを作ろう!

7月5日(木)に第1回クッキングを行いました。今回はセタにちなんで、天の川をイメージしたセタゼリーを作りました。個性豊かな様々なゼリーが出来ました。子ども達も楽しそうに作っていたので良かったです。



セタそうめんを提供しました☆

7月6日(金)にセタそうめんを提供しました!

