

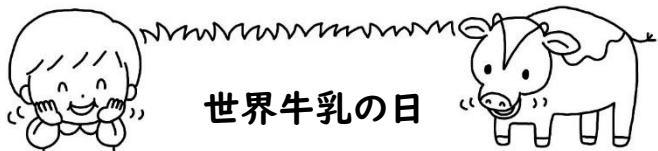
# 給食だより

2022年 6月1日 6月号

ゆりりん港南保育園

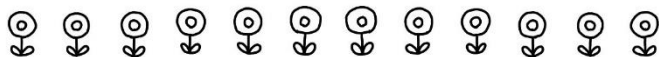
栄養士 宮川 さとか

梅雨に入り、気温と湿度が高くなるこれからは細菌性の食中毒が増える時期です。菌を繁殖させないためにも、「つけない（手洗い）」「増やさない（冷蔵・冷凍保存）」「やっつける（加熱消毒）」の三原則を守って食中毒を予防しましょう。



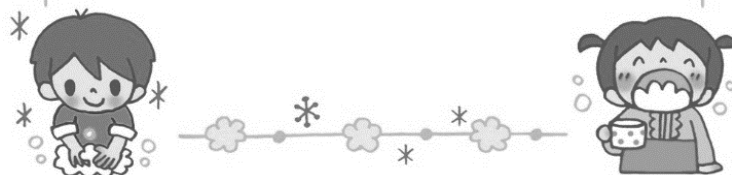
## 世界牛乳の日

6月1日は「世界牛乳の日」です。牛乳に対する関心を高めるとともに、酪農・乳業の仕事を多くの方に知ってもらうことを目的として国連食糧農業機関（FAO）が制定しました。牛乳はたんぱく質やカルシウム、ビタミンAなどさまざまな栄養素が豊富に含まれており、保育園でも毎日のおやつに提供しています。牛乳は子どもだけでなく大人にとっても、栄養豊富な食品です。ご家庭でも意識して食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか。



## 外出先でも食前に手洗い 食後にうがいを習慣に

食事前の手洗いや食後の歯磨きは、ウイルスによるかぜや食中毒などの感染症や、むし歯を予防するために、とても大切です。外出時や公園などでお弁当を食べるときも、必ず先に手洗いをさせましょう。歯磨きは外出先では難しいことが多いですが、そういう場合は、食後にブクブクうがいをさせて。外出先ではつい気が緩みがちですが、手や口の中の清潔習慣は忘れないようにしましょう。



## レシピカード配布中

昨年度は毎月の給食だよりにレシピを1つ紹介していましたが、今年度はおたよりとは別にレシピカードを作成することになりました。子どもたちに人気のあったメニューや旬の食材を使ったメニュー、お誕生日会で提供した世界の料理などを掲載中です。ぜひお手にとってみてください。また、レシピのご要望・ご意見等ございましたら担任保育士や栄養士までお気軽にお声かけください。

配布場所：サンプル食横の壁

## お知らせ



## 今月の誕生日会 ドイツ

6月の誕生日会はドイツ料理です。ドイツは緯度の高い地域にあり、風土的に食材が不足しがちなため、保存食が発達してきました。中でもソーセージやザワークラウトが有名です。

☆メニュー☆

- ・食パン
- ・ケーニヒスベルガー・クロプセ  
（肉団子のホワイトソースがけ）
- ・ザワークラウト風サラダ
- ・アイントップフ（ポトフ）
- ・オレンジ

☆おやつ☆ ビール風ゼリー

