

給食だよ

～みんなと一緒に楽しく食べよう！～

2024年度 築面保育園 給食室 7月号

梅雨が明けると、いよいよ夏本番!!

汗ばむような日が続くなかで、こどもたちは毎日のように、元気いっぱい遊んでいる姿があります。

この時期は、体力や食欲が落ちたり、睡眠時間も不十分だったり夏バテしやすい時期です。生活リズムを整えながら、この夏を乗り越えましょう。

7月は、七夕、7-11、お三白まり、合宿と夏の行事が盛りだくさん! こどもたちと一緒に夏の行事を楽しんでいきたいと思います。



つるむらさきちきり



かあおくとしる〜い!

夏の食材に触れて

築面保育園の給食では、少しずつ夏野菜が登場しています。

どのクラスのこどもたちも夏野菜に触れる時間を大切にしています。

見ること、触れることで、こどもたちが気付いたことを言葉にしている姿があります。

これから毎日の食材にたくさん触れ、食べる意欲につながっていくことを願っています。たねいっぱい!



ふかふかしてるね



とら豆の豆出し



おまめのおまきい



梅干しを作ったよ!



あじさい組とひまわり組が梅干しを作りました。作る前にまず梅ジュース用の梅と梅干し用の梅を見比べしたり、香りの違いを感じました。その後はつまようじでへたを取り、上手に手仕事をしていました。

今は塩漬けの状態ですが、順次しそ漬けや天日干しをしていく予定です。



7月24日は土用の丑の日です。

夏の土用の丑の日には、うが付きものを食べると夏負けしないという言い伝えがあります。例えば、此梅干し、うどんなど。お家でもうのつく食べ物を食べて暑い夏を乗り越えましょう! 保育園ではひつまぶし風ごはんを食べます。



7月の行事食

- 葛西先生のおすすめ! 7月のご当地メニュー **長崎県**
- 長崎に旅行に行くと時の思い出の味にさうで!
- 8日: 七夕給食
 - 七夕そうめん
 - オクラの可乱汁
 - なるとひき肉の梅肉断め
 - 七夕フルーツポンチ
 - 17日: お誕生日会
 - お赤飯
 - きゅうりのチリメンサラダ
 - レタ入り豆腐ナゲット
 - おるとわかめのみそ汁
 - ずんだおはぎ

・レモンステーキ

アメリカ海軍の影響で流行したステーキを日本人好みの味付けにした佐世保発祥の食べ物です。レモン果汁たっぷりの爽やかな味わいが特徴です!

・長崎ちゃんぽん

豚骨ベースの濃いめのスープの長崎ちゃんぽんと鶏ガラベースのあっさりなスープの小浜ちゃんぽんが長崎県内では2大ちゃんぽんと呼ばれています。