

# きゅう しょく 給食だより 6 月号

なごみん神山園

6月は「食育月間」です。食べることは、生きるために欠かすことの出来ないものです。そして健康で心豊かな生活を送るうえでも大切です。とくに子どもの時期の食生活は生涯を通しての健康づくりの基礎となります。園では、栄養士が毎日巡回を行い、「今日の給食には、小松菜がはいっているよ」などと声をかけ興味関心を広げていけるようにしています。

## ★紫陽花ゼリー★

材料:ぶどうジュース 250cc リンゴジュース250cc 棒寒天 3g【1.5g×2】

作り方:①鍋にぶどうジュースと棒寒天を入れ火にかける

②りんごジュースも同様にする

③2分ほど沸騰させてから粗熱をとり、容器に入れて

冷蔵庫で冷やす

④食べる直前にクラッシュして、お皿に盛り付けたら完成



食育月間におすすめの本



## 園で行っている食中毒予防。ご家庭でも是非参考にしてください。

- ・調理前後に、点検表を用いて調理従事者の体調と設備点検を行っています
- ・手洗いは、爪ブラシを使用し2回洗浄後アルコール消毒を徹底しています
- ・加熱前(汚染エリア)と加熱後(清潔エリア)に分け食材が交差しないよう工夫しています
- ・包丁や調理器具は加熱前用と加熱後用で分けて使用し、別々に保管しています
- ・納品時には業者立会いの元、納品時の食品の温度と食品の品質チェックを行っています。
- ・中心温度計を用いて、食品加熱後の中心温度が3点以上85℃以上であることを確認し記録しています

## ★5月食育教室～食事のマナー～★

絵本を使い、食事のマナーのお話をしました。食べる時の姿勢や所作を読んでいくと、「座って食べたほうがいいね」「〇〇は、スプーンを使うといいね」「お茶碗を持って(口を近づけて)食べたらいいいね」「お口の中のものがなくなってからお話しよう」など、子どもたちが自由に発言し、お友達の意見にもうんうんと頷くなどたくさんの気付きがありました。普段からできていますが、職員も改めてよい学びとなりました。

