

給食だより 6月号



二葉保育園



これから梅雨に入り、葉の緑がひと雨ごとに濃くなっていき、野菜も実を付け始めます。おいしい夏野菜が待ち遠しいです。

6月4日～10日は、口と歯の健康週間です！

前歯で噛みちぎり、奥歯で噛み潰せる食べ物

「前歯で噛みちぎり、奥歯でしっかり噛み潰す」ことができる硬さや大きさの食べ物を選ぶことは、顎の成長にとっても重要です。そのためには、日々の食事はもちろん、おやつ選びが大切なポイントになります。

りんごや干し芋、梨、野菜スティック これらの食品は、歯ごたえがあり、自然と噛む回数が増えます。また、りんごや干し芋・梨は、甘いので取り入れ安い食材です。野菜スティックは、美味しいディップソースを用意することで、野菜を楽しんで食べることができます。

給食紹介



4月より完全給食になりました



高野豆腐のオランダ煮
野菜のおかか和え
フライドポテト・ばなな
ごはん・みそ汁

麻婆豆腐丼
もやしの胡麻和え
かぼちゃの煮物
バナナ



生姜焼き・マカロニサラダ
じゃが芋の煮物・オレンジ
たけのこご飯・みそ汁



おやつ紹介



子どもにとっておやつは、栄養補給の大切な食事です



おふラスク
超超人気です！



毎日このおやつが
いいな♪



手作りロールケーキ



おいしかったよ

