



# もぐもぐだより 6月

調理員 竹内・箕輪(記) R5.6.29

梅雨の季節がやってきました。子ども達は雨の音を楽しみながら園内で元気に走り回っています。しかしジメジメした蒸し暑い日が続く事で、体力や食欲の低下も心配になるかもしれません。さっぱりとした料理やカレーなどの香り豊かな料理でこの時期を乗り切りましょう。



## そら豆のさやだし

6月8日にすずめ組が、今が旬の食材のそら豆のさやだしをしました。さやの状態のそら豆を見ると「なんだろう？」と不思議そうな表情を浮かべていました。またそら豆のさやは意外に硬くてちょっと悪戦苦闘。それでも真剣なまなざしで開くと、つるつるのお豆がお目見えし、みんなの目もきらきらに。「3個はいった」「赤ちゃんもいた～」と頑張って取り出した豆を嬉しそうに見せてくれました。



## 屋台風献立

待ちに待ったえんま市。保育園も15日にえんま市ごっこをしました。縁日気分を味わってもらえるよう給食も屋台風えんま市ごっこメニューにしました。

きゅうりの一本漬けのポリポリとした食感に近づけるために、いつもより厚めにきゅうりを切ったところ、「苦〜い」と嫌がる子ども達がありました。食べなれているはずのきゅうりなのに、切り方が違うだけで敏感に察知する事にびっくり。それでも残さず食べきり、お楽しみのチョコバナナを食べて満面の笑顔を見せてくれました。



### 献立

焼きそば

きゅうりの浅漬け

わかめスープ

チョコバナナ

午後のおやつ

ぽっぽ焼き



## ペットボトル飲料からの食中毒に気を付けましょう

夏場は食中毒が発生しやすく、ペットボトルに口をつけて飲むと細菌が入り込んで増殖し、食中毒の原因となります。また口をつけていなくても蓋を開けることで、空気中の微生物が入り込み、飲みかけの飲料は平均3~4時間くらいで細菌が増えると言われています。小さめのペットボトルを選ぶなどをして、早く飲み切ることが大切です。食べ物だけではなく飲み物からの食中毒にも十分注意していきましょう。

