

# きゅうしょくだより

こども未来局  
保育・子育て推進部

令和7年6月

生田保育園



## 旬の食材と献立



### 新じゃが芋

通常の収穫時期よりも早めに収穫されたじゃが芋のことで、みずみずしく、香りが良いことが特徴です。ビタミンC、カリウムなどの栄養もたっぷり含まれている新じゃが芋を給食でも味わいます。

- じゃが芋とピーマンのソテー
- じゃが芋の甘煮



## 献立の紹介



季節の移ろいを感じてわくわくしてもらえるように梅雨にちなんだ献立を取り入れました。

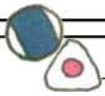
### ●雷汁

夏に多い雷をイメージして名付けられました。

油を引いた鍋に豆腐を入れると「バリバリ」と雷のような音がします。

### ●あじさい羹

梅雨に満開をむかえるあじさいの花をイメージした寒天です。



## おしらせ



歯と口の健康週間（6/4～6/10）にちなみ、カルシウムが豊富な料理を多く取り入れました。

- 納豆の天ぷら
- 骨太チャーハン（桜えび使用）

和菓子の日（6月16日）にちなんだおやつを取り入れました。

- なめらか水羊羹

## 食材のお手伝い

5月も「そらまめ」「スナップえんどう」のさやむきやすじとりのお手伝いを通して、食材に触れる経験をしました。「そらまめ」は絵本でも親しみがあり、さやのフワフワ感を楽しみ、「スナップえんどう」はすじを丁寧にとった後、中身がコロコロと転がってしまうので、より慎重に扱ってくれました。

## 元気に過ごすために

今年度は初めての「集会」を行います。

子どもたちが元気に過ごすためには、毎日の生活リズムが大切です。子どもたちにわかりやすい言葉で伝えていきます。

「はやね・はやおき」が

できるように夜ははやく寝ましょう

「あさごはん」を

食べると元気に遊べます

