

# 食育だより

令和2年度6月わかば保育園

岩付 朋華

色付き始めたあじさいに、梅雨の訪れを感じる季節となりました。これからは細菌性の食中毒が増える時期です。菌を繁殖させないためにも「つけない(手洗い)、増やさない(冷蔵・冷凍保存)、やっつける(加熱殺菌)」の三原則を守って、食中毒を予防しましょう。また、コロナウイルスによる自粛期間中に給食職員で話しあい、食育に繋がるおもちゃをプレゼントしたいということになりました。完成したので、紹介したいと思います。わかば、わかばみや両園の以上児クラスに置いてありますので、ぜひお子様から、話を聞いてみてくださいね。

遊びながらお箸の使い方が上手になる!?



## はしだまくん

おはしを上手に持てるようにと、はしだまくんというおもちゃを制作しました。まず、はしだまくんを小指と薬指で挟みます。そして、お箸を持つと、三本の指で上手に持てるようになります。いろいろな形のお豆や食べ物を、お箸を使ってお椀に移してあそびます。大きさもいろいろあります。レッツトライ!



## わかばっこ農園で野菜が採れたよ



今回収穫した野菜は…じゃがいも・にんじん・玉ねぎです。たっくさんのじゃがいもとにんじん! 玉ねぎは紫玉ねぎもありましたよ。「どうやって食べようか?」と聞くと、「カレーがいいなあ」「ポテトサラダをたくさん食べたいなあ」と言っていました。収穫した野菜は給食で提供していきますので、お迎え時には展示食もご覧下さい。



## <カレー風味ポテトリヨネーズ>

●材料●4人分  
じゃがいも…150g  
玉ねぎ…70g  
ベーコン…100g  
にんじん…40g  
バター…15g  
カレー粉…少々  
食塩…少々  
パセリ…少々

●作り方●  
① 材料を1口大にカットする。  
② ①をバターで炒めて、食塩、カレー粉で味を付けて、できあがり!

## <旬の食材>

いんげんまめ きゅうり トマト  
ピーマン そらまめ さくらんぼ  
かつお アジ



リヨネーズとは、フランスのリヨン地方の料理で、リヨネーズとは、リヨン風という意味です