



6月食育だより



太陽・月組 保護者各位

令和2年6月30日

小島保育園

今月の「食育の日」は、黄色・赤・緑・白の仲間の栄養の役割と種類について学びました。黄色の仲間は「強い力が出る食べ物」赤の仲間は「丈夫な体をつくる食べ物」緑の仲間は「体の調子を整え、病気から守り、元気なうんちをつくる」白の仲間は「おいしい味のお手伝い」という働きがあるという事を学びました。食べ物の色を塗って栄養素の列車を作ります。月組は緑を担当し、太陽組は黄色・赤・白の食べ物を塗って列車を仕上げました。食育カードを見ながら給食に何が入っているか確認をし、子どもたちも食育カードに興味を持てるよう声かけしました。『えいようの歌』を歌い楽しい食育の日になりました。



* 気温上昇に伴う主食の 温度管理について *

- ① 保冷剤を使用する。
- ② 梅干しを入れる。
- ③ ご飯の粗熱を取ってから蓋を閉める。



☆ 食育カード ☆

7月6日(月)に食育カードを配布します。2食分を記入し、15日(水)まで持ってきてください。



☆ 黄色のたべもの列車 ☆



☆ 赤のたべもの列車 ☆



☆ 緑のたべもの列車 ☆



☆ 白のたべもの列車 ☆

