



9月給食だより

綾東こども園

楽しい食卓はマナーを大切に

家族やお友だち、たくさんの人と囲む食卓はとても楽しいものです。その食卓での時間を気持ちよく過ごす為にも「食事のマナー」はとても大切です。互いに気をつけることで食事の時間がよりよくなります。

どんな食べ方が美しいか、みんなで確認してみましょう

食事作りを楽しもう

いろいろな食材を皆で楽しみながら調理すると食事はとても楽しく、おいしくなります。

年齢によって扱える調理器具も異なってくるので、それぞれの年齢に沿った無理にならない範囲でお手伝いを進めてみましょう。

玉ねぎは家庭でもよく使用されると思いますが、子どもたちに皮むきをしてもらい、何枚皮があるかな？これは根っこかな？など一緒に考えてみてください。とっても楽しくなると思います。

ちぎることや、混ぜることで子どもたちは喜んでしてくれます。お手伝いをしてくれた後は「ありがとう！助かったよ」などの声をかけてあげてください。

子どもたちは嬉しくて、また手伝ってくれるようになりますよ！



食中毒について

暑い夏が過ぎ、少しずつ涼しくなってきます。でも油断は大敵！！

9月からも食中毒は起こることがあります。加熱することで食中毒の原因菌が死滅することがあります。

できるだけ生で食べずに十分に加熱してください！！

こどもの栄養より

