



2021年 ミッキー保育園泉中央園

6月 給食だよ!



少しずつ暑くなってきました。本格的な夏がやってくる前に、水分補給をする習慣を付けましょう。一方で、この時期は雨も多く、気温の変化も大きくなります。毎日元気に過ごせるように、うがいや手洗いをこころがけ、ごはんもしっかり食べてくださいね。



苗植え体験をしました!



さくら組のみんなでトマトの苗を植えました。先生のお話をよく聞き、1人ひとつの苗を上手に植えていました。また、今年はパケツ稲にも挑戦します! 田植えは難しかったけれど、手を真っ黒にしながらい生懸命がんばってくれました。トマトも稲も、大きく育つようにみんなでお世話をしていきます。食べるのが楽しみです♪



食中毒に気を付けましょう



細菌が活動しやすい気温と湿度がそろうこの時期は、食中毒が多く発生します。保育園でも、細心の注意をはらって給食をつくっています。ご家庭でも、食べる前には必ず手を洗い、食材はしっかりと加熱し、なるべく早く食べるように心がけましょう!

正しい手洗いの方法

<p>1 流水で洗う</p>	<p>2 石けんを手取る</p>
<p>3 手のひら、指の腹面を洗う</p>	<p>4 手の甲、指の背を洗う</p>
<p>5 指の間(側面)、股、付け根を洗う</p>	<p>6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う</p>
<p>7 指先を洗う</p>	<p>8 手首を洗う(内側・側面・外側)</p>

フライビーンズのレシピ

【材料】一人分



* 大豆水煮	30g
* じゃがいも	15g
* 片栗粉	5g
* しょうゆ	2g
* 砂糖	2g
* 青のり	適量
* 揚げ油	適量

【作り方】

- ①じゃがいもは1cmの角切りにし、軽く下茹でし、水気を切る。大豆も水気を切っておく。
- ②しょうゆと砂糖を合わせ、加熱して砂糖を溶かす(鍋でも電子レンジでもOK!)
- ③①に片栗粉をまぶし、170℃の油で揚げる。
- ④揚げたら②と青のりを絡めて完成!

じゃがいもは下茹でしておく、火の通りが早くなり、衣が固くなりすぎずに仕上がります。保育園でも大人気のメニューです♪