

給食だより

文殊乳児保育園
令和7年度6月号

じめじめと蒸し暑い“梅雨”の季節になりました。気温と湿度が高くなるこの時期は、細菌性の食中毒に注意が必要です。「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。

◇噛む力を育てよう！◇

6月4日は、むし歯予防デーです。子どもの歯は軟らかく、むし歯になりやすいため毎日の歯磨きで予防することが大切です。また、よく噛むことで出てくる唾液には、むし歯予防・消化を助ける・脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップするなどの効果があります。軟らかいものばかりを食べていると歯を支えている歯茎まで弱くしてしまうので、注意が必要です。

噛まなければ、噛む力は育ちません！

噛みごたえのあるものを、よく噛んで食べることを意識していきましょう！



食中毒に気をつけよう！

子どもは抵抗力が弱いので十分な配慮が必要です。出来上がったものはなるべく早く食べるようにしたり、生ものはできるだけ避けたり、火をしっかりと中まで通すなどして気をつけましょう。

また、お弁当は菌が繁殖する環境になりやすいので注意しましょう。

- ★しっかり粗熱をとる
- ★トマトのヘタは取って洗い、水気をとる
- ★竹輪やハムなどの加工品も一度加熱する

誕生会メニュー

- ★洋風まぜごはん
- ★鶏肉の香味焼き
- ★しらす和え
- ★卵とわかめのスープ
- ★果物
- 《おやつ》
- ★アイスクリーム

お弁当の日

5日（木曜日）

ぞう組 ミヤマキリシマ登山

