

子供達はたくさんの汗をかきながら元気いっぱい過ごしていることと思います。
汗などと一緒にビタミンやミネラルが体の外に出ていってしまう夏は、食欲がなくなり疲れやすくなります。
また、暑い夜は眠れないので生活が不規則になりがちです。体のリズムを整え、夏を元気に過ごしましょう。

アレルギー対応・誤食を防ぐ為の対策について

近年、食物アレルギーによる事故のニュースを目にする機会が増えております。園では子供達が安全に、そして健康に楽しい食事をとるために、以下のようなアレルギー対応を行っております。

- ①アレルギー食材を除去した「除去食」の提供
- ②個別専用トレイ(除去食品と名前を記載)・色付き食器の使用



(誰が見ても何を除去するのか分かるように)

- ③調理開始時に調理員全員での食材の確認、情報共有



(調理中の混入を防ぐ為)

- ④配膳前、保育教諭との献立表の食材確認



(二重のチェックで漏れを防ぐ為)

食物アレルギーの種類や程度は一人ひとり違います。給食はもちろん、ご家庭での食生活の様子などを確認し合い、園と二人三脚で食物アレルギーと向き合っていけたらと思います。



★7月の子ども達に人気メニューだった
「じゃこ入りいも天」のレシピをご紹介します！

材料(4人分)

- ・さつまいも 320g
- ・ちりめんじゃこ 15g
- ・小麦粉 30g
- ・ホットケーキミックス 30g
- ・卵 1個
- ・青のり 大さじ1
- ・塩 少々
- ・お好みで砂糖

作り方

- ①さつまいもを太めの千切りにし、水にさらします。
- ②ボールに粉、卵、青のり、じゃこ、塩を加えてよく混ぜます。
- ③水気を切ったさつまいもを②の中に入れ、よく混ぜます。
- ④スプーンなどですくい、一口大の大きさで、少しきつね色になるまで揚げます。

★一口メモ★

粉をホットケーキミックスだけで作ると、甘めのふんわりいも天になります。

ご家庭でもぜひ作ってみてください♪



★8月13日はお弁当の日です。お弁当の準備をお願いします。おやつは不要です。