

今日の給食

令和6年6月5日



今日は、事情があり園児のプレート写真が撮れませんでした。職員は、中学生と同じ給食費で、小学校高学年の量をいただいています。個人差はありますが…。

今日の献立

(職員のプレートです。)

ごはん、きゅうりのおひたし、サワラのピリ辛焼き、えのきのすまし汁

(牛乳は毎日です。)

今日は「きゅうり」についてのクイズです。

きゅうりには水分がたくさん含まれていますが、何%が水分でできているでしょうか？

- ①35% ②65% ③95%

…正解は③の95%です。

きゅうりは95%が水分でできています。歯ごたえのもとになる食物繊維（しよくもつせんい）や熱くなった体を冷やしてくれる成分も含まれていて、暑い夏にたくさん食べたい食材です。

今日も美味しく作ってくださる調理員さんに感謝をし、よくかんでいただきますしょう。

(ほぼ毎日各クラスで絵本の読み聞かせをしています。字が読めるようになった子どもも読み聞かせをしてもらうことで、お話に入り込み、豊かな言葉や表現を身に付け、豊かな感性をもち表現する喜びを味わえるようになります。それを友達と共有することが楽しみを倍増します！)

