

# 給食だより 6月



令和8年6月1日  
狭山市保育幼稚園課

新緑の木々や花に雨が降り、作物には恵みの雨が降る季節となりました。子ども達にとっては部屋の中で過ごす時間が増え、蒸し暑い日もあり、食欲にムラがやすい時期です。給食を楽しみにしている子どもたちがしっかり食べられる工夫をし、衛生面にも注意して、給食を提供していきます。



## 6月は食育月間です

農林水産省は、食育推進強化月間を『食育月間』と呼び、実施期間を毎年6月と定めています。『食育』は子どもたちが正しい食の知識や食事を選択する力を養い、栄養を通じて健やかな心身と豊かな人間性を育み、いきいきと暮らしていくことを支援する教育です。「食育」と聞くと、特別なことと思ってしまうかもしれませんが、家庭でもできる食育をご紹介します。

❖ 野菜の種をプランターに植えてみる



❖ 一緒に食材を買いに行く



❖ 野菜を洗うなど、食事支度のお手伝いをしてもらう



❖ 「いただきます」「ごちそうさま」を大きな声で言う

いただきます



❖ おいしく食べる姿を見せる



❖ 雰囲気を変えた楽しい食事時間を過ごす



《献立紹介》 ☆6月5・19日献立☆



## フレンチトースト

材料	子ども2人・大人2人分
食パン(6枚切り)	2枚
卵	1個
牛乳	100g
砂糖	大さじ1
バター	10g

作り方

- ① 食パンをお好みの大きさに切る
- ② 卵・牛乳・砂糖を混ぜる
- ③ ①に食パンを浸す
- ④ フライパンにバターを溶かし、パンを入れ、弱火でじっくり焼く。焼き色がついたら、裏返し焼き色がつくまで焼く