

6月

給食だより

おいしそうな



紹介♪

梅雨に入り、一段と湿度の高い季節となりました。雨が降ると梅雨寒で冷え込むこともあるので、風邪などひいて体調を崩さないように気をつけましょう。また、6月から9月は最も食中毒が発生する時期ですので、ご家庭でのおかずの作り置きや冷蔵庫の過信には十分気をつけましょう。



『これ、きら～い!!』の理由はなあに？

おなかの中にいる時から羊水の味を感知していると言われていています。そして生まれた後『甘味・うまみ塩味』は無理なく受け入れます。ところが！野菜に多く含まれる『苦味・酸味』は、『腐敗・毒』と認識してしまうそうです。小さな子ども達にとって『野菜は苦手!』というのは、あたりまえのことなのです。

わたしたち大人ができることは、あきらめずに食卓に出し、少しずつでも口にできるように機会を与えてあげることです。10年かかっても良いのです！根気よく見守り続けましょう！そして、少しでも苦手な野菜が食べられた時にはめいっばい褒めてあげて、自信を持たせてあげてくださいね。子どもにとっての最高のスパイスは、食卓にあるお母さんや家族のやさしい笑顔だと思います。

これからもずっと、子どもたちにとって食事の時間が『幸せな時間』となることを願っております。



すききらいなんて だいきらい

え さくらいあつこ
かんしゅう つつみちはる

すききらいランキングの1位であることを知ってショックを受けるピーマンくん。ほかの食べ物さんたちが心配して声をかけますが、みんながうらやましくて悲しくなるばかり。そこに育ててくれたおじいちゃんが現れて……。

読み終えた時に苦手なものをひとくち食べてみたくなる1冊です。



(株)フードシステム

ようちえん給食事業部

TEL 076-452-6111

<https://www.foodsystem.co.jp>

