

モグ！グン！ ひかりっ子 8月号



8月に入りひとときわ厳しい日差しが照りつけております。夏野菜は水分やビタミンなどの夏の時期に特に必要な物がたくさん含まれている食材です。

そんな栄養たっぷりの夏野菜のはなしを、栄養士さんがしてくれました。水に浮く野菜、沈む野菜。根菜類は沈み、葉野菜などは浮いてきます。子どもたちの前では、「かぼちゃは浮くか沈むかどっちでしょうか？」などのクイズ形式の実演でして楽しそうに答えていました。

紫蘇ジュースに魔法をかけたり、栄養士さんも大活躍の7月でした(^_^)

7月のお手伝いです。
(掲示写真もご覧ください)

給食の紹介

献立：夏野菜と鶏の煮物



鶏肉と夏野菜、酢を使いさっぱり美味しい煮物です♪ナス、冬瓜、パプリカピーマン、など具沢山です。



☆☆☆8月のお手伝い予定です☆☆☆

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 おにぎり丸め ??1.2.3.4.5さいクラス	3 小松菜ちぎり (ほし組)	4 玉ねぎ皮むき (ぞう組)	5
6	7 玉ねぎ皮むき (きりん組)	8 とうもろこし皮むき (にじ組)	9 ゆば折り (1さい)	10 おにぎり丸め ??1.2.3.4.5さい	11	12
13	14	15	16	17 玉ねぎ皮むき (3さい)	18	19
20	21	22	23	24	25 しめに厚わけ (こずもす組)	26
27	28	29 ゆば折り (1さい)	30 おにぎり丸め ??1.2.3.4.5さい	31 ピーマン種取 (ばら組)		

