



# 6月食育だより



太陽・月組 保護者各位

令和7年6月30日

小島保育園

今月の「食育の日」は、緑・白の栄養の役割と種類について学びました。緑の栄養は「体の調子を整え、病気から守って、元気なうちをつくる」。白の仲間には「おいしい味のお手伝い」という働きがあるという事を学びました。それぞれ食べ物の色を塗って、栄養素の表を作ります。月組は白、太陽組は緑を担当しました。その後、食育カードを見ながら当日の給食に何が入っているか確認し、子どもたちにも食育カードに興味を持てるよう声かけをしたり、『えいようの歌』を歌ったり楽しい食育の日になりました。

太陽組…

お家のご飯はバランスよく食べられているか確認しています。



月組…

どこに貼ろうか悩みながら楽しそうに貼っていました。



赤・黄・緑・白の栄養の表が完成しました！  
さくら組廊下のホワイトボードに掲示してありますので、ご覧ください。

## \*気温上昇に伴う主食の温度管理について\*

- ①保冷剤を使用する。
- ②梅干しを入れる。
- ③ご飯の粗熱を取ってから蓋を閉める。



☆食育カード☆

7月7日(月)に食育カードを配布します。2食分を記入し、17日(木)まで持ってきてください。

