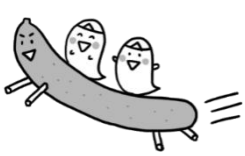
8月 給食だより

社会福祉法人　ふじ福祉会　ふじ保育園　令和７年８月号

お盆です

８月 13～15 日はお盆です。お盆とは先祖の霊を迎えて送り出す行事で、日本では昔から続いている行事の一つです。盆の入りには「迎え火」をたき、きゅうりやなすに竹串で作った足をつけて馬や牛に見立てたものを飾り先祖を迎えます。また、盆明けには「送り火」をたいてご先祖さまを送ります。お盆の意味を知って、日本の伝統を感じられる良い機会にして下さいね。

きゅうり：馬
足の速い馬に乗って
早く家に来られるように



なす：牛
歩くのが遅い牛に乗って
ゆっくり帰ってもらえるように

クッキング報告

７月 26 日(土)にふじ組さんのデイキャンプでカレーを作りました。小学１年生の先輩もご招待☆彡　カレーをごちそうしました。お買い物やカレーの調理を行うことで、食事の準備をすることの大変さや楽しみを感じてくれたのではないでしょうか。お買い物では、ほんとに重たい荷物を一生懸命運びきっていた姿が頼もしかったです。カレーには保育園で採れたじゃが芋を使いました。いつもより具材は大きめでしたが、あっという間に平らげてしまいました。また、お忙しい中、ピーラーの準備や練習のご協力をありがとうございました。

夏の定番『すいか』

夏の代表的な食べ物であるすいか。給食でも毎週のように出てきます。中は主に赤色。この赤色は人参に多く含まれるβ(ベータ)カロテンやトマトに多く含まれるリコピンによるものです。これらの栄養素には体がさびるのを予防する効果や、皮膚や粘膜を強くする、視力を回復するなどの効果があります。スイカの約 90%は水分で出来ているので、暑さが続く夏にはとても食べやすい食べ物です。形、大きさ、中身の色もさまざまありますよ。余談ですが、デイキャンプでは、ふじ組さんだけで大きなすいか１玉を完食しました！

８月のクッキング

８月６日(水)
ふじ組・ゆり組で
フルーツ白玉を作る予定です。爪切り、エプロン、三角巾、マスクの準備をお願い致します。

クイズ

すいかを英語で言うと、何という？
①レッドメロン（red melon）
②ウォーターメロン（water melon）
③ビッグメロン（big melon）

クイズのこたえ：②
「水の瓜」という意味。
水分が多いことからこう呼ばれています