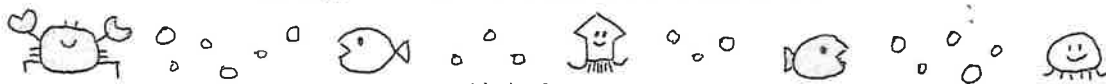


太陽の光がまぶしい夏がやってきました！
 暑さで食欲が低下しがちですが、そんな時こそしっかりとたくさん食べるようにしましょう。
 また、しっかりと水分補給をして夏バテ予防に心がけましょう。



どよう うし ひ
土用の丑の日



今年の土用の丑の日は、7月24日と8月5日です。

そもそも土用とは、「季節の変わり目の約18日間」のことです。昔からこの日は、体をいたわり精が付くものを食べることが行われてきました。昔の人は、季節の変わり目が気を付けるべき時期であることを経験的に知っていたのでしょうか。

土用の丑の日と言えば、うなぎを食べるのが一般的になっています。

うなぎはビタミンA、B群、E、Dなどの栄養が豊富です。うなぎ以外にも「う」が付くものを食べると夏負けしないという言い伝えもあります。うどん、瓜、梅干しなど食べてみても良さそうですね。



ことば
子どもたちからの言葉



私たち給食室職員一同、日々子どもたちの成長を願い、美味しい給食作りに励んでいます。試行錯誤しながら料理を作る上で、やはり食べてもらった後の感想も気になるところです。

いくつか、これまで伝えてくれた子どもたちの感想をあげたいと思います。

- ✿ きゅうしょくのせんせいがつくったごはんおいしかった！
- ✿ おいしくてほっぺたがおちそう！
- ✿ おいしかったけんまたつくって！ など…

良い感想だけでなく、時には厳しい意見もあります。

- ✿ あんまりすきじゃなかった。
- ✿ からかった。
- ✿ まずい。 など…

子どもたちはとても純粋に味の感想を伝えてくれて、私たちは子どもたちからの言葉がとても力になります。

これからも、子どもたちの『おいしい！』を目標に美味しくて栄養たっぷりの給食を作っていきます！