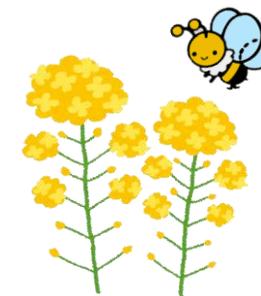


5月 給食だより



5月の避難訓練の日は・・・

新しく入園したお友達は1ヶ月たち、保育園の生活に慣れてきたころだと思えます。

5月は季節の変わり目です。また新年度、環境が変わって緊張していて、その疲れが出やすい季節です。

栄養と休養をしっかりとって、体調を崩さないように気を付けましょう。

5月13日（水）に避難訓練があります。

保育園では、常に予測不能な災害に備えて、子どもたち+先生方分の非常食を常備しています。

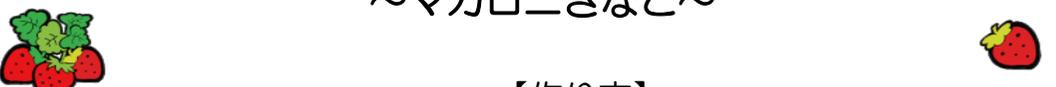
しかし、実際に非常食を食べる機会はそう多くありません。

（多くあっては大変ですね🐝）

そこで、5月の避難訓練の日に合わせて、給食と午後おやつで非常食を提供します！食べ慣れない形の給食となりますが、子どもたちがしっかりと非常事態への心構えができる良い機会になればと思います。

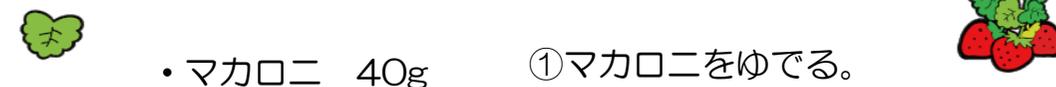


5月19日（火） 手作り午後おやつ ～マカロニきなこ～



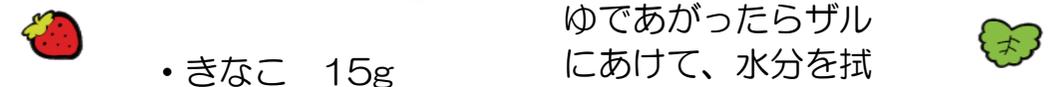
【材料】4人分

【作り方】



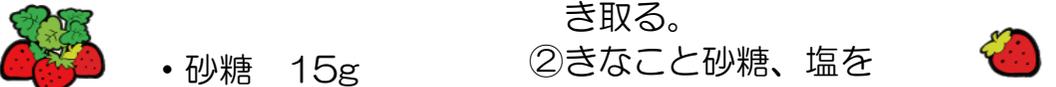
・マカロニ 40g

①マカロニをゆでる。
ゆであがったらザルに
あけて、水分を拭き取る。



・きなこ 15g

②きなこに砂糖、塩を
混ぜる。



・砂糖 15g

③②の中にマカロニを
入れて、混ぜる。



・塩 少々



《非常食メニュー》

◎給食

白がゆ・肉じゃが・豚汁

◎午後おやつ

米粉クッキー・水



★備蓄しておく便利な食品

主食：無洗米、アルファ米、乾麺、カップ麺、乾パン

主菜：肉・魚・豆などの缶詰、レトルト食品、乾物

その他：水、果物の缶詰、野菜ジュース、菓子類

⚠1つの場所にまとめるのではなく、複数の場所に備蓄しましょう！

⚠家族全員で備蓄場所をしっかりと把握しておきましょう！