



給食だより



衛生に気を付けよう

梅雨入りが間近に迫ってきました。これからは気温と湿度が高くなる日が増えてきます。天候が不順で人の体力が落ちてくる一方で、食中毒の原因になる細菌にとっては活発に動く条件がそろってくる季節です。いつも増して食中毒予防を意識しながら、換気や手洗い、手指の清潔など衛生対策をしっかり継続しましょう。

食中毒予防3原則と学校給食

①つけない

料理するときや食べる前にはせっけんでよく手を洗う。



まな板、包丁は肉用・野菜用など、用途を分ける。肉を切った後は、ハイター消毒をすると良い。



②ぶやさない

料理を室温のまま長時間放置しない。



保存するときは小分けにして素早く温度を低下させる。



調理器具、食器、ふきんなどはきれいに洗い、素早く乾燥させる。



35℃前後の生温かい温度は細菌が増えやすい危険な温度です。給食では「ブラストチラー」という急速冷却器を使って素早く温度を下げています。



③やっつける

生で食べるもの以外は十分に加熱してから食べる。

特に、肉(鶏肉)には、カンピロバクターという菌が付着しているの、生焼けには十分に気を付けましょう。



給食では、サラダに使う野菜も含めて、全ての食材を加熱しています。そして、中心温度計を使って内部までしっかり熱が入ったことを、確認・記録しています。

~6月の注目! 給食紹介~

★6月4日~6月10日まで「歯と口の健康週間」です★

この週間中には、献立の中に、よく噛んで食べてほしいメニューを組み込みました

6月4日 じゃことチーズのトースト	6月5日 かみかみ野菜のサラダ	6月6日 パリパリひじき	6月9日 かみかみ佃煮	6月10日 チーズチキンカツレツ
----------------------	--------------------	-----------------	----------------	---------------------

~よく噛むといいことがたくさんあります~



記憶力を高める



むし歯を防ぐ



歯ならびをよくする

消化・吸収をよくする



食べすぎを防ぐ

★6月11日に入梅献立を出します★

当日の献立

本格的な梅雨入りです。ジメジメした空気に打ち勝てるように、爽やかなあじさいをイメージしたゼリーを作ります。また、入梅いわしを使って蒲焼きを作ります。

いわしの蒲焼き
井のっぺい汁
あじさいゼリー
牛乳

人をよくする「食」6月は食育月間です

「食」という漢字をよく見ると、「人を良くする」とも読めます。現在の日本は豊かな国になりましたが、朝食欠食などの食習慣の乱れ、アンバランスな栄養素摂取、そして誤ったボディイメージによるダイエットや不正確な情報を信じて健康を損なってしまうことも心配されています。新型コロナウイルス流行の影響で、「孤食」など、食卓で他者との触れ合いが近年薄れてきていることの心の面への影響が心配されます。また、個食、濃食、子食、小食、固食、粉食、たくさんの「こしょく」の問題が露呈してきています。こうした中で、食育は、子どもたちが食に関する正しい知識と自己管理能力を身に付け、生涯にわたって心豊かで健康に暮らしていくため、さらには持続可能な社会をつくり、世界を平和で豊かにしていくためにもますます重要なものになっています。