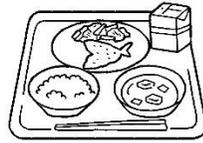


給食だより



気温が高い夏は、食中毒が気になる季節です。食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われるがちですが、家庭の食事でも発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。

子どもたちの健康と安全を守るために、次の6つのポイントを押さえましょう！

家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

point 1 食品の購入

消費期限などの表示をチェック！

肉・魚はそれぞれ分けて包む

できれば保冷剤(氷)などと一緒に

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

point 2 家庭での保存

焼いたらすぐ冷蔵庫へ！

入れるのは7割程度に

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

point 3 下準備

冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ゴミはこまめに捨てる

こまめに手を洗う

肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら水質に注意

肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4 調理

加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

作業前に手を洗う

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

調理を途中で止めたなら食品は冷蔵庫へ

point 5 食事

食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

point 6 残った食品

時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

作業前に手を洗う

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

早く冷えるように小分けする

食中毒予防の3原則 食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

出典：厚生労働省『家庭でできる食中毒予防の6つのポイント』



夏におすすめ給食献立レシピ！

春雨サラダ

【材料】(4人分)

- ✿春雨 … 20g
- ✿きゅうり … 60g →せん切り
- ✿にんじん … 40g →せん切り
- ✿ロースハム … 40g →せん切り
- ◇砂糖 … 小さじ1 1/2
- ◇酢 … 大さじ1
- ◇醤油 … 大さじ1

【作り方】

- ① 下準備：春雨を茹でて冷ましておく。
- ② ◇の調味料を合わせておく。
- ③ ✿の材料を②調味料で和える。
- ④ お皿に盛りつけたら完成♪

- ◇ごま油 … 小さじ2
- ◇白いりごま … 小さじ2

※ ドレッシングの量は、お好みに応じ調整してください。
※ 給食では、すべての食材を加熱して使用しています。

富谷市学校給食センターの給食目標を紹介します！

給食センターでは、年間指導計画をつくり、各学校において毎月計画的に給食指導が行われるよう工夫しています。今号では、7月～9月の給食目標を紹介します。

	7月	8・9月
目標	夏の食事について考えよう	食事のマナーを身につけよう(防災の日)
重点	食品を選択する能力 15 暑さや寒さにも 13 食料を無駄に しない	社会性 5 ジェンダー平等を 実現しよう 6 安全な食料を 世界中に
おもな取組	<ul style="list-style-type: none"> ♥旬の食材を知り、おいしく調理されたものを食べる事によって、好き嫌いをなく食べようとする心を育みます。 ♥近年の気候の変化や、季節的な特徴を考え、規則正しい食生活の大切さに気付き実行しようとする意欲を高めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ♥給食準備や後片付けの手順を再確認し、みんなで協力して楽しい給食時間を過ごせるよう、支援します。 ♥行事食などを通して、四季を楽しむ心を育みます。 ♥防災の日をきっかけに、水の大切さや衛生的な食事について考えます。



富谷市では、地域全体で子どもを守り育てていくまちづくりを推進しており、その一環として児童生徒の給食費無償化を実施しています。給食費は全額食材購入費に充てられ、市民のみなさんの大切な税金で賄われています。地域で作られた新鮮な食材も使いながら、栄養バランスと子どもたちへの想いのこもった給食をお届けしてまいります。