

給食だより～元気～6月

梅雨入りが間近になりました。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きます。いつに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と継続していきましょう。

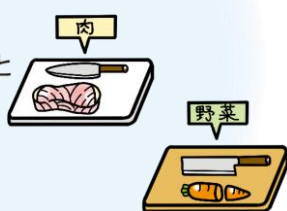
食中毒予防3原則と学校給食

①つけない

料理を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、包丁は肉用と野菜用に使い分ける。



給食では衛生管理上、肉や魚を調理場で切ることはありません。あらかじめ分量で切っていただいたものを納品してもらいます。



②ふやさない

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下げる。

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。



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。



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。



肉の生焼けにはとくに注意しましょう。



給食ではサラダに使う野菜も含め、原則、すべ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通ったことを確認・記録しています。



給食試食会が行われました
・5月2日（金）主催：島ヶ原小学校
（島ヶ原小1～6年生保護者対象）



麦ごはん
牛乳
鮭の西京焼き
チンゲン菜のおかか和え
こんにゃくの炒めもの

～朝ごはんにおすすめの給食レシピ～

6/5（木）の献立より

材料	1人分	4人分
キャベツ	30g	3枚程度
きゅうり	10g	1/2本弱
塩	0.12g	小さじ1/10強
しそ粉	0.28g	小さじ1/5強

ゆかり和え



作り方

- ① キャベツはせん切り、きゅうりは輪切りに切る。
- ② キャベツときゅうりは、それぞれ塩茹でをする。
（お湯の量の0.5%の塩で茹でる。）
- ③ 茹でた野菜の水切りをして、冷ましておく。
- ④ 冷めたら、塩としそ粉で和えて、味をととのえる。

6月の献立より

☆今月の地場産物（伊賀・三重産）☆

米・米粉・小麦粉・牛乳・あいご・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・豆腐・油揚げ・鶏卵・わかめ・ひじき・あおさ・生しいたけ・なす・白菜・キャベツ・にんにく・じゃがいも・モロヘイヤ・もやし・たけのこ水煮・抹茶・菜の花オイル

※紙面の都合上、伊賀・三重産しか掲載しておりませんが、他の食材の産地も開示しています

いつでもお問い合わせください。いがっこ給食センター元気【41-0888】
（魚の産地は、右の二次元コードを読み取り、6月詳細をご覧ください。）



今月の「いがスマイル給食」

6/3（火）－米・牛肉・にんにく・鶏卵・ねぎ
6/16（月）－米・牛肉・生しいたけ・ねぎ・キャベツ
6/20（金）－米・豚肉・じゃがいも・小松菜・キャベツ

6月19日（木）：みえ地物一番給食の日



この日は、三重県産の食材をたくさん使った給食の日です。
詳しくは、6月中旬発行の給食だよりをみてください。
三重県産の白身魚「あいご」のフライが給食初登場！
お楽しみに！