



食育だより

令和7年度6月号
水戸飯富特別支援学校

今月の給食目標 「衛生に気をつけて食べよう」「よくかんで食べよう」

学校給食の 衛生管理

学校給食をつくる時は、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意を払っています。

清潔な服装

調理員は、せきから飛ぶだ液や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使いわけ

汚染防止のために、作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75℃で1分間以上(二枚貝などは85～90℃で90秒間以上)になるようにしています。



給食メニュー紹介「切干大根のサラダ」

〈材料〉5人前

きりぼしだいこん(戻し前25g)

もやし(150g)

にんじん(35g)

きゅうり(50g)

えだまめ(40g)

ツナ(30g)

砂糖(7g)

醤油(15g)

酢(6.5g)

ごま油(5g)

〈作り方〉

①切干大根は水で戻してからゆでる。

②きゅうりとにんじんは細切り、えだまめは房からだす。(冷凍えだまめも可)

③全ての野菜をゆでるか蒸して冷ます。

※給食では生野菜を出さないため、全ての野菜を加熱しています。

④調味料を混ぜ合わせておく。

⑤③に④とツナを入れて和える。

※野菜の水分をしっかり切ることで味がぼやけず、美味しく仕上がります。

【6月の歯と口の健康週間で給食に出すメニューです!】

6/4～10日は「歯と口の健康週間」です。よくかむことは、肥満や虫歯を予防したり、脳の発達を促したりします。意識してよくかむ習慣をつけましょう♪



きりぼしだいこん
切干大根でかみごたえアップ!

