



食育だより紫癜

きゅうしょくもくひょう えいせい 「衛生に気をつけて食べよう」「よくかんで食べよう」 今月の給食目標

がってう ぎゅうしょく 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。

オ潔な服装

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。



きゅうしゃ 給食メニュー紹介「切干大根のサラダ」

〈材料〉5人前

〈作り芳〉

切干大根 (戻し前25g)

①切干大根は水で美してからゆでる。

もやし(150g)

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)

*リぼしだいこん 切干大根でかみごたえアップ!

にんじん (35g)

③全ての野菜をゆでるか蒸して冷ます。

きゅうり(50a)

※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。

えだまめ(40g)

④調味料を混ぜ合わせておく。

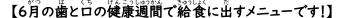
ツナ(30g)

⑤③に④とツナを入れて和える。

砂糖(7a)

※野菜の水分をしっかり切ることで味がぼやけず、葉味しく仕上がります。

ばうゆ 醤油 (15g)



酢(6.5g) ごま^{かぶら}(5g) 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♪

