



おおきくなーれ

あけましておめでとございます🍷

食中毒予防の4原則👉

- ①持ち込まない …手洗いやアルコール消毒
- ②つけない …調理後の食品には素手で触らない
- ③増やさない …食品の速やかな冷蔵庫保存
- ④やっつける(殺菌) …十分な加熱と調理器具の洗浄・殺菌

基本は
十分な手洗い！



食中毒は、病原となる微生物や毒素を飲食物と一緒に体に取り入れて、主に下痢や嘔吐などの胃腸炎症状を起すことを言います。冬場は風邪を予防する以外にも、インフルエンザや冬場の食中毒にも気を付けましょう。

食中毒は、細菌・ウイルス・寄生虫など様々な物質によって引き起こされます。細菌は食品に付着し、繁殖に最適な温度と湿度・酸素の有無によって(多くは、常温:20度以上で急速に)増殖するので、調理済みの料理を温かい部屋にしばらく置いていたり、また余ったカレーなどは冷ましている過程で細菌が増えやすくなります。しっかりと加熱、調理後はなるべく早く食べることや、冷蔵庫での冷却をして食中毒を予防しましょう！これからの時期発生しやすいノロウイルスは、生カキやしじみなどの二枚貝からの感染が多いです。十分な加熱をしてたべるようにしましょう。

待ちに待ったクリスマスお食事会！

12月18日にハッピークリスマス会がありました。今年、コロナウイルスの関係で例年通りの会食とはなりませんでした。お寿司やサンドイッチ、大好きな唐揚げやフルーツ盛り合わせといったごちそうに、おかわり分もなくなるくらい、子ども達は夢中になって食べてくれました！お腹いっぱい、楽しんでくれたかな？



山盛りの唐揚げプレート！付け合わせのブロッコリーやミニトマトなどの野菜も、おかわりをして食べてくれましたよ！



こちらはフルーツ盛り合わせ。いちごにパイナップル、メロン、オレンジ...まるで宝石箱！？(笑)

もちつき会がありました



餅つきの前に、もち米を蒸かした“おふかし”を食べ、これがもちになることを知りました。おふかしの試食の後、きねとうすでお餅つき！“よいしょ～！”の掛け声で頑張りました。みたらしときなこの二種類の味で、お雑煮と一緒に食べました。



バナナの皮をむいてみたすみれ組 ポップコーンを作ったすずらん組

すみれ組ではバナナの皮むきに挑戦！切れ込みから上手に皮をむいて、食べられていました。バナナの皮むきはもうお手のもの！？すずらん組はポップコーンを作りました！ぽんぽん出てくるポップコーンに興味津々、楽しくクッキングをして、おやつ時間にたべました。

お正月料理も提供します！

1月の献立では、紅白なます、栗きんとん、七草がゆなど、お正月にちなんだメニューが登場します！七草がゆでお腹をやすめ、お正月を締めくくる予定ですが…おかわりして食べてくれます(笑)子ども達に七草も見せる予定なので、お家でも話題にしてみてください♪

見づらくてごめんなさい。ブログではカラーで見られます！！