



ごちそうさま～

令和3年9月

富沢わかば保育園 給食だより No.6

9月に入り、虫の音もせみから鈴虫に変わり秋が近づいていると感じます。子供たちは夏の疲れが出るころです。日中はまだ暑くても朝・晩は涼くなっていますので、体調管理に気をつけて過ごしましょう。給食ではきのこやくりなど秋の味覚が少しずつ登場します。楽しみにしててくださいね！

食中毒を防ごう！

食中毒予防の三原則は「つけない」、「増やさない」、「やっつける」です。

「つけない」・・・手についた細菌やウイルスが食べ物につけないよう、食中毒予防の基本は手洗いです。

手洗いが必要な場面

- ・外から帰ったとき
- ・トイレのあと
- ・ごはんを作り始める前
- ・食卓につく前
- ・生の肉や魚、卵を扱う前後
- ・オムツを交換したり、動物にふれた後



生の肉や魚を使ったまな板・包丁は必ず使用する度に洗って使いましょう。また、生の野菜と同じまな板を使う場合には極力加熱しないで食べるものを先に使う習慣をつけるといいでしょう。

「増やさない」・・・細菌の多くは高温多湿を好みます。細菌によっては30分に1回の分裂で数が倍に増える菌もあります。生鮮食品は買い物をした後はできるだけ早く冷蔵庫に保存するようにしましょう。気温が高い時期は生の肉や魚は保冷バッグに入れて、持ち帰るといいでしょう。調理した食材は早めに食べきるようにしましょう。

「やっつける」・・・多くの細菌は、加熱によって死滅します。厚みのある鶏肉・豚肉を調理する際は中心部までしっかり熱を通すことが大切です。

寝かせたカレーおいしいとよく聞きますが、温めたカレーをそのまま放置して冷ます、ということを繰り返すと細菌が増えやすい温度帯に長く食品をさらすこととなりますので、カレーは作ったら冷蔵保管し食べる分のみ温めるといいでしょう。



年少さんは「お米とぎ」、年中さんは「ともろこしの皮むき、枝豆の豆はじき、いんげんを折る」、年長さんは包丁を使って「なす・トマト・かぼちゃ」を切りました。夏野菜たっぷりのカラフルなカレーができました！みんなおかわりして食べてくれました。



枝豆は薄皮もきれいにとってもりました。集中して作業していましたよ。



トマトはすべてむずかしいな



夏野菜たっぷり☆



水が白くなってきた

「ねこの手ねこの手」上手に切っていました。

