

6月給食だより

令和7年5月30日



川口市立中居小学校

今年ことしの5月がつは、30℃どを超える真夏まなつびがあったかと思えば、20℃ど前後ぜんごの日があつたりと日ごとの気温差いきんさが大きい一か月いっかげつだった印象いんしょうです。そしてこの先さき、6月がつになると梅雨つゆの時期じきを迎え、蒸し暑むしあつくなってくるため食中毒菌しょくちゅうどくきんが繁殖はんしよくしやすくなります。給食室きゅうしょくしつでは、食中毒予防しょくちゅうどくよぼうの三原則さんげんそく「清潔・迅速・適切な温度管理せいせつ・じんそく・てきせつ おんどかんり」をしっかり守って、安全あんぜんな給食づくりきゅうしょくつくりに努めてまいります。子供たちも、手洗いてあらいと衛生的な配膳えいせいてき はいぜん きようしつ、教室の換気かんき、清潔な着衣せいけつ ちゃくいなど身のまわりの衛生管理えいせいかんりをして、安全あんぜんに給食きゅうしょくを食べてもらえればと思います。また、今月の給食だよりでは、食中毒予防しょくちゅうどくよぼうのポイントを、ご家庭向けにわかりやすくまとめたものを載せてあります。ぜひ、ご家庭での食中毒予防しょくちゅうどくよぼうのご参考さんこうにさせていただければと思います。

朝ごはんを充実させる3ステップ

時間じかんがない人
食欲じよくのない人

少し余裕すこしよゆうのある人
食欲じよくが出てきた人

時間じかんがある人
食欲じよくのある人

朝ごはんを食べる習慣しゅうかんを
これからつけたい!

朝ごはんを食べる習慣しゅうかんを
定着ていちゃくさせたい!

朝ごはんの内容ないようを
さらに充実じゅうじつさせたい!

ステップ1

20~30分ふん早く起きて、
何かなに食べてきましょう!



バナナ、ヨーグルト、おにぎり、トースト、
温かい汁物あじものやスープなどはいかがでしょう。

ステップ2

2種類しゅるい以上いじょうを組み合わせて
食べてみましょう!



「おにぎりとおみそ汁」「トーストと野菜スープ」
「バナナとヨーグルト」など。朝の排便はいべんリズムもつきやすくなりますよ。

ステップ3

栄養えいようバランスも
整えましょう!



主食しゅじき、主菜しゅさい、副菜ふくさい(汁物を含む)をそろえましょう。
牛乳にゅうせいひん製品くだものや果物じゆうじつもあると、より充実します。

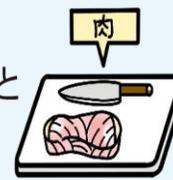
食中毒予防3原則と学校給食

①つけない

料理りょうりをするときや食べる前た まえ
にはせっけんでよく手てを洗あらう。



まな板いた、包丁ほうちようは肉用にくようと
野菜用やさいように使い分ける。



給食きゅうしょくでは衛生管理えいせいかんり上、肉にくや魚さかなを調理場ちようりじょう
で切きることはありません。あらかじめ分量ぶんりようで
切きっていただいたものを納品のうひんしてもらいます。

②ふやさない

料理りょうりを室温しつおんのまま
長時間ちようじかん放置ほうちしない。



保存ほぞんするときは小分こわ
けにして素早くすばや温度おんどを
下さげる。

35℃前後ぜんごの生温なまぬたか
い温度おんどは、細菌さいきんが増え
やすい危険きけんな温度おんどです。

調理器具ちようりきぐ、食器しょくき、ふきん
などはきれいあらに洗すばやい、素早すばや
く乾燥かんそうさせる。



③やっつける

生なまで食べるもの以外いがいは十分に加熱じゆうぶんしてから食たべる。



肉にくの生焼なまやけにはとく
に注意ちゆういしましょう。

給食きゅうしょくではサラダつかに使う
野菜やさいも含め、原則げんそく、すべての
食材しょくざいを加熱かねつしています。そし
て中心温度計ちゆうしんおんどけいを使って、内部ないぶ
までしっかり熱ねつが通とおったことを
かくにきろく
確認かくにん記録きろくしています。