

給食だより 6月

新座市立野火止小学校
校長 丹代 円
栄養士 西川 聡子

安心・安全な学校給食のために～食中毒・異物混入対策～

食中毒の原因として、主にウイルスと細菌が挙げられます。ウイルス性食中毒(ノロウイルス等)に加え、これからの時期は気温と湿度が高い日が増えてくることから、細菌性食中毒(サルモネラ菌、黄色ブドウ球菌、ウェルシュ菌等)も起こりやすくなります。そのため、給食室でも特に気をつかう時期です。

学校給食を安全につくるためには、異物混入への対策も必要です。給食室では国の衛生管理基準に基づき色々なことを対策していますので、具体例を紹介します。このうち、食中毒防止のための手洗いや加熱はご家庭でも実施できる部分ですので、参考にして下さい。

1 身じたく・手洗い

毎日、清潔な白衣・帽子・マスクを着用します。
つめブラシを使用し、しっかり手洗い後、消毒します。



髪の毛が一切出ない帽子です



2 食材の保管

原材料の適切な保管(要冷蔵・冷凍)以外に、調理中の食材についても気を遣います。



床からの跳ね水等から食材を守るため、必ず60cm以上の台に置きます。

3 作業場の区分・エプロンの色分け

作業ごとに部屋や場所が分かれており、担当ごとにエプロンの色分けをしています。



4 様々なルール(以下はごく一部です)



袋は切り難さない
(ビニール片混入防止)



タオルではなく不織布
(糸くず混入防止)



使用前後の確認
(金属片等混入防止)

5 しっかり加熱・冷却・記録

調理したものはすべて中心温度を確認し、記録します。



6 保存食をとる

食材や出来上がった給食について、50gずつ2週間冷凍保存します。万一、食中毒が発生した際は原因究明に使用します。



7 食器具類の洗浄・保管・確認

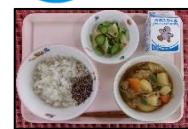
食器具類はていねいに洗い、熱風で消毒・乾燥させ保管します。朝、食器の割れ等がないか確認しています。



7 校長先生による検食

児童が食べる30分前に校長先生が食べ、問題がないか確認しています。

OK!



6月4日～10日は 歯と口の健康週間 です!

6月4日は、6(む)と4(し)の語呂合わせから、昔は“むし歯予防デー”と呼ばれていましたが、2013年より6月4日～10日が“歯と口の健康週間”と定められました。

歯と口の健康を保つことで、適切な栄養摂取ができます。また、糖尿病などの疾患が歯周病とも関係しており、歯と口の健康は全身の健康状態に深く関わっていると言われています。

歯と口の健康週間中の給食献立は、かみごたえのある食材、歯の健康に関わるカルシウムを多く含む食材、食感を楽しめるような食材をたくさん取り入れています。

4日：ちくわと新ごぼうのごまだれ丼

…ごぼうを揚げることで、また違った風味と食感を楽しむことができます。

5日：ファイバージャーチャン麺

…切干大根、干しいたけ、ごぼうが入ったジャーチャン麺です。

6日：切干大根のかみかみ和え

…切干大根が入った和えものは、かみごたえがあります。

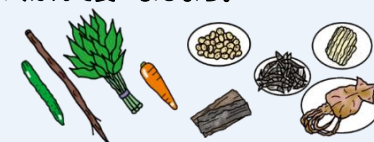
9日：カリカリじゃこサラダ

…カルシウムの多いじゃこをカリカリにすることで、食感も楽しめます。

10日：いわしの生姜醤油フライ

…いわしに少し骨があるかもしれませんが、よくかんで食べましょう。

日々の食事でかみごたえのあるものを取り入れ、“かむ”ことを意識してみましょう!



作ってみませんか? ～旬のきゅうりを使った副菜～

きゅうりを使用した副菜は、箸休めにもなり、給食でも様々な味付けで提供しています。これから旬をむかえるきゅうりを、おいしく味わってみませんか?

【材料 5人分】(中学年の分量です)

きゅうり 180g…小口切り

ごま醤油和え
塩 1g
ごま油 2g
しょうゆ 5g
白ごま 3g

ピリ辛和え
塩 0.5g
しょうゆ 8g
酢 3g
砂糖 少々
ごま油 少々
ラー油 少々

香味和え
しょうが 1g…家庭ではチューブ可
塩 0.5g
しょうゆ 8g
(ごま油) 少々…なくても良い

【作り方】

- ①きゅうりはさっと茹でて水出し、水気をしっかり絞る。
※給食では食中毒防止のため、ミニトマト以外の野菜はいったん火を通してあります。
- ②味がしみこむまで、合わせ調味料に漬け込む。

