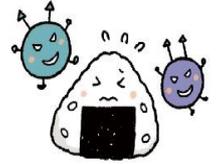




6月

給食だより



気温や湿度が上昇すると、食中毒の原因となる細菌が増殖し、食中毒が発生しやすくなります。ご家庭でも、衛生に気を付けて調理しましょう。

家庭で気をつけたい

夏場に多い細菌性の食中毒

食中毒の原因となる細菌は、肉や魚、いろいろなものを触る手、まな板やスポンジなど、至るところに存在している可能性があります。家庭での食中毒予防は、そのような食中毒の原因菌を食品の購入から調理して食べるまでの過程で、「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが重要です。



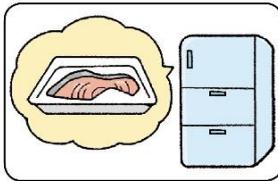
◆◆◆食中毒予防の3原則◆◆◆

つけない



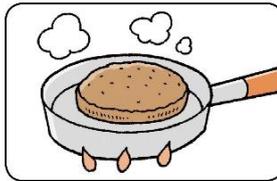
手には雑菌がついています。石けんでしっかり手洗いをしましょう。

増やさない



食品の購入後はできるだけ早く冷蔵庫に入れ、早めに食べきりましょう。

やっつける



加熱は効果的な殺菌方法です。特に、肉は中心までよく加熱しましょう。

今月の こだわり献立！

◎歯と口の健康週間があります。そのため、「**かみかみ献立**」をいれています。よく噛んで食事をしてください。

(小学校5日、中学校2日)

◎食育月間です。

所沢市産の小松菜を使った、**小松菜メンチカツ**をいれました。楽しみにしてください。

(小学校26日、中学校7日)

6月は食育月間です

毎月19日は
食育の日



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康にすごすために、「食」について学んでいきましょう。

毎年6月は
食育月間



《今月の給食センター》



給食センターには、毎日たくさんの野菜が届きます。その野菜をおいしく食べてもらえるように、料理に合わせてトントンと手切りをすることもあります。野菜の切り方にも注目して食べてください。

