

6月 給食だより

令和7年6月

茂原市学校給食センター 中学校

気温や湿度が上昇すると、細菌が原因となる食中毒が多く発生します。細菌は、温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べると食中毒を引き起こす可能性があります。食中毒予防を徹底して行いましょう。



家庭での食中毒予防のポイント

食中毒は、家庭の食事で発生する危険性もあります。日頃から食中毒予防を心がけましょう。

<p>① 食品の購入</p> <p>肉、魚、野菜などは、新鮮なものを選び、表示のある食品は、消費期限などを確認しましょう。購入後は、寄り道せずに帰りましょう。</p> 	<p>② 家庭での保存</p> <p>冷蔵や冷凍が必要な食品は、帰宅後すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。冷蔵庫で細菌が死ぬわけではありません。早めに使いきりましょう。</p> 	<p>③ 下準備</p> <p>手は石けんで洗い、生の肉や魚と生で食べる食品は、包丁やまな板を使いわけましょう。生の肉、魚、卵を扱った後も手を洗いましょう。</p> 
<p>④ 調理</p> <p>石けんで手洗いをし、加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。調理を中断する時は、料理を室温に放置せず、冷蔵庫に入れましょう。</p> 	<p>⑤ 食事</p> <p>清潔な手で、清潔な器具を使って、清潔な食器に盛りつけましょう。食べる前は石けんでしっかりと手洗いをしましょう。</p> 	<p>⑥ 残った食品</p> <p>残った食品は、小分けにして保存します。保存した食品はなるべく早めに食べるようにして、温め直す時は十分に加熱しましょう。</p> 

☆作ってみよう！ おすすめレシピ コールスローサラダ☆ 中学校献立 6/19

<p>〈材料 4人分〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャベツ 2~3枚 ・にんじん 1/4本 ・きゅうり 3/4本 ・ホールコーン缶 1/3缶 ・ロースハム 2枚 <p>A {</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マヨネーズ 大きじ 1/2 ・塩 ひとつまみ ・こしょう 少々 ・りんご酢 大きじ 1・1/5 ・砂糖 小さじ 2・1/2 	<p>〈作り方〉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. キャベツは短冊切り、にんじんは食べやすい長さの千切り、きゅうりは輪切りにしておく。 2. ハムは千切りにしておく。 3. 1を茹でて水冷し、水気を絞ってコーンと2を合わせ、冷蔵庫でよく冷やす。 4. Aを混ぜ合わせる。 5. 3に4をかけ、よく混ぜる。
--	--

【調理員さんからのメッセージ】

※給食を作ってくれている調理員さんから、みなさんへのメッセージがあります。

あききれないで たくさんたべて
 しょうぶ^{ころ}な からだ、けんきなし^{ころ}をせしな^{ころ}いましょう。
 あしたも あい^{ころ}しい きゅうしょく^{ころ} づくり^{ころ}ます？



下記QRコードで
毎日の給食をご確認
いただけます。

