



6月の給食だより



くるみ乳児院給食委員会 2021年6月1日発行

6月になり、じめじめと蒸し暑い日が増えてきました。この季節は食中毒の原因となる細菌が増えやすい時期です。食中毒にならないよう、衛生面に十分注意しましょう。

また、新型コロナ感染予防のためにマスクを着用して外出される方も多く、熱中症の危険が高まります。室内の温度・湿度の管理やこまめな水分補給、バランスの良い食事などしっかりと対策しながら毎日元気に過ごしましょう。

～食中毒を防ぐために、「食中毒予防の3原則」を守りましょう！～

食中毒予防 の3原則

つけない



ふやさない



やっつける



①菌をつけない

食事前やトイレの後は、石けんを使ってしっかり手を洗いましょう。
また、まな板や包丁、ふきんなどの調理器具も清潔に保ちましょう。

②菌をふやさない

1. 食品の表示（期限や保存方法など）を確認しましょう。
2. 食品は適切な温度で冷蔵・冷凍庫で保管しましょう。
3. 調理してからできるだけ早く食べましょう。

③菌をやっつける

食中毒の原因となる菌やウイルスのほとんどは、加熱することでやっつけることができます。
特に肉や魚などは、中心までしっかりと加熱することが大切です。

★くるみ乳児院でもこの3原則に気をつけながら毎日食事を作っています。

5月の様子 ～こどもの日～

こいのぼりオムライス

えびフライ

「かぶと」も
飾りました！



✿5月5日はこどもの日✿

お昼ごはんにみんなでお祝いをしました。「こいのぼり」の歌を流しながら、いつもとは違う特別な献立に子どもたちは嬉しそうな様子でした。こいのぼりオムライスの目は星の形をしたチーズとのりで出来ています。子どもたちに大人気で、みんなすぐに卵をペロッとめくって食べていました♪
こどもの日の気分を存分に味わうことが出来ました。