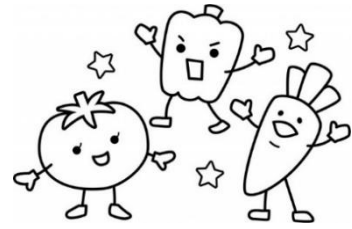


6月 給食だより



中宮まぶね保育園



6月は気温や湿度が上昇し、それにともなって食中毒も増えてきます。調理前や食事前にはしっかりと手洗いをし、食品の取り扱いには十分に注意しましょう。

また、熱中症にも注意が必要です。こまめに水分補給をし、体調を崩さないように規則正しい生活を心がけましょう。



☆玄関の靴箱横にその日の給食のサンプルを展示しています。量は幼児の一食分です。ご家庭での目安にしてください。

☆気になるレシピや、食事での困り事などありましたら、お気軽に声をおかけください。

おうちでできる食中毒予防

- ① 食品の購入**
消費期限などの表示をチェック
肉・魚は分けて包み保冷剤をつける
- ② 家庭での保存**
肉・魚は汁がもれないように包んで保存
冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下で維持
- ③ 下準備**
タオルやふきんは清潔なものにしておく
包丁、まな板、ふきんはこまめに洗う
肉・魚は生で食べるものから離す
- ④ 調理**
作業前には手洗い
加熱は十分に(目安は中心の温度が75℃で1分間以上)
- ⑤ 食事**
食事前には手洗い
盛り付けは清潔な器具・食器を使う
長時間室温に放置しない
- ⑥ 残った食品**
時間が経ちすぎたり、怪しいと思ったら迷わず捨てる
温め直す時は十分に加熱(目安は75℃以上)



6月行事食

お誕生日会

わかめごはん

とんかつ

ブロッコリーとツナのサラダ

洋風かきたま汁

(おやつ)

りんごジュース

たべっこケーキ

