

給食だより



令和7年5月30日
川崎市立南菅小学校
保護者向け No.3

気温や温度が上昇すると、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って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します。今月は、給食室で行っている衛生管理をご紹介します。

6月の献立

- 食中毒が発生しやすい時期なので、使用する食品や調理法には十分注意して作成しました。
「歯と口の健康週間」を意識し、かみごたえのある食品を取り入れました。
- 行事食『歯と口の健康週間』 5日(木) 実施
ごはん とり肉とごぼうの甘辛あえ みそ汁 牛乳
- 新献立『たらの梅ソース』 16日(月) 実施
片栗粉をまぶして油で揚げた白身魚のたらに、梅肉、砂糖、しょうゆ、酢などで作った甘酸っぱい梅ソースをからめます。
- 新献立『トマト肉丼』 19日(木) 実施
肉丼に季節の野菜のトマトとさやいんげんを入れて作ります。地域の野菜を使った献立として川崎市の小学生が考えたメニューです。
- 新献立『フレンチドレッシング』 25日(水) 実施
酢、砂糖、塩、こしょう、洋辛子、すりおろした玉ねぎ、油を混ぜて、加熱して作ったさっぱりとした風味の手作りドレッシングです。
- 季節の食品
さやいんげん えだ豆 キャベツ きゅうり 新じゃが芋 スッキーニ トマト にんにく
ピーマン メロン

学校給食の衛生管理

学校給食を作るときは、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、様々なことに注意を払っています。

清潔な服装

調理員は、せきから飛ぶだ液や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使い分け

汚染防止のために、納品された野菜を洗う時や、肉や魚を触るとき、調理中など作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75℃で1分以上(二枚貝などは85~90℃で90秒間以上)になるようにしています。



給食だより



令和7年5月30日
川崎市立南菅小学校
児童向け No.3

6がつのきゅうしょくもくひょう

よくかんで食べる大切さを知ろう

みなさんは、虫歯のない健康な歯を保っていますか？

歯は食べ物をしっかりかむためにとっても大切です。かみごたえのあるものを意識して食べたり、食後に歯みがきや口ゆすぎをしたりして、歯を大切にするために自分でできることを実践してみましょう。



よくかむことのこうか



| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>ひまんよぼう 肥満予防</p> | <p>のう かつせいか 脳の活性化</p> | <p>しょうか きゅうしゅう たす 消化・吸収を助ける</p> | <p>むし歯予防</p> |
| <p>よくかむと脳の中の 満腹中枢が刺激され て、食べすぎを防ぎま す。</p> | <p>あごの筋肉を動かす ことで脳の血液量が 増え、脳を活性化しま す。</p> | <p>よくかむとだ液がで て食べ物ののみ込み や、消化・吸収を助 けます。</p> | <p>かむことによって出た だ液の働きで、むし 歯を予防します。</p> |

だ液の働き



よくかむほど、だ液が出るんだ。だ液は体によい働きがたくさんあるよ！

