

給食だより

南菅小学校 給食室
令和8年6月30日発行

梅雨の合間に訪れる太陽の日差しが日ごとに暑く感じられる季節となりました。気温の差が大きいこの時期は体調も崩れやすくなります。毎日三度の食事をしっかり食べ、元気に過ごしましょう。

《給食室からのお知らせ》

- 7月の給食目標は「夏の食生活について考えよう」です。
- 7月7日（木）は七夕の行事食を実施します。
ごはん 牛乳 さばの塩焼き 梅きゅうり そうめんスープ セタゼリー
- 季節の食品 7月の給食にも登場します！
かぼちゃ・ズッキーニ・とうがん・きゅうり・ピーマン・トマト・なす・セロリ・すいか
さやいんげん・とうもろこし など
- 新こんだて 7月8日（水）
暑い日でも食べやすいよう食欲を増すカレー粉をそばろ煮の味つけに加えました。スパイスには体にこもった熱を発散させたり、食欲を増進させたりするはたらきがあります。
- 委員会活動で育てた野菜について
給食健康委員会では校内に菜園を作り、野菜（トマト・なす・ピーマン・二十日大根等）を育てる活動をしています。7月には収穫した野菜を給食に使用する予定です。

【使用予定の野菜と使用日】収穫のタイミングや量によっては実施しない場合もあります。

- 7/3（金）二十日大根（豚汁）
- 7/13（月）二十日大根（みそ汁）
- 7/15（水）ミニトマト（ミネストローネ）
- 7/16（木）なす（夏野菜のカレー）

※アレルギー等ご不明な点がありましたら
ご連絡ください。



給食試食会を実施しました



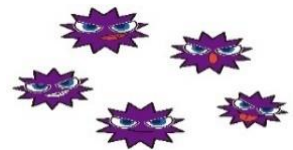
6月2～4日の3日間、8年ぶりの給食試食会を実施しました。当日はたくさんの保護者の方にご参加いただき、給食の試食や準備の様子をご覧いただきました。

★参加者からのコメント（一部抜粋）★

- 毎日の給食がどのように作られているのを知ることができ、とても良かったです。素材にもこだわって作られているのかな、ということがとても伝わりました。

- ・給食室の衛生管理や食材の洗浄、温度管理など徹底していて感心しました。川崎市が国産の食材を使用することを徹底しているのも大変良いことだと思います。給食室の調理の様子を子どもたちが見学できたりするとさらにしっかり食べようと思えるのかな、と思いました。
- ・子どもがいつも帰宅後「お腹がすいた～」と言っているので給食が少ないかと思っていました。食べてみたらちょうどよいのではないかと思います。また月間献立表が紙の時に感じたのは、パンが多いという印象。日本人の文化として、米がもっと多いと腹持ちも良いと思います。
- ・まず、率直に美味しかったです。また、配膳量の配分が意外と難しく、子どもたちも毎日実施していく中様々なことを学んでいくんだろうなと感じました。
- ・やはりフードロスは気になりました。一案として、最初にその日のお皿によそう量だけ先生が目安として入れてあげて、それを目安に配膳係が入れる方がロスが少ない？など思いました。年頃の女子とかお代わりしたいけどできない子もいる気もすると思います。また人気のメニューとないメニューを比較した時に咀嚼する回数が多いものが残っている感じもしたので、咀嚼の多いものに関しては量を少なくするのもありなのかな？と思いました。

夏場に起きやすい食中毒に注意！



最近の食中毒発生状況を見ると、冬場はノロウィルスの影響で発生件数がとても多くなっています。一方、夏場は細菌性の食中毒が多く発生します。カンピロバクターやサルモネラ、腸炎ビブリオなどの細菌性食中毒は、食品中などで菌が増殖したり、細菌から毒素が発生したりして起こります。

～食中毒予防ために気をつけたいこと～

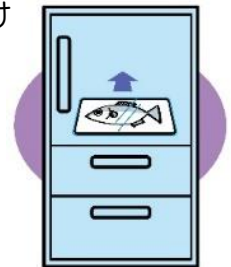
①手をしっかり洗う

水だけでは菌がとれないため
石鹸でしっかり洗いましょう。



②食品は適正な温度で保管する

冷蔵保存の食品はできるだけ
早く冷蔵庫に保管するなど
温度管理に努めましょう



③十分に加熱して調理する

食中毒菌は加熱することにより
死滅するものが多く、75℃
1分以上の加熱を心がけま
しょう。



④使った調理器具は洗浄・消毒

肉や魚などを使った後の調理
器具は、しっかり洗浄・消毒
しましょう。また食品別にま
な板や包丁を使い分けること
も有効です。



☆食中毒予防の3原則☆

細菌を「つけない（清潔）」「増やさない（迅速な冷却）」「やっつける（加熱・殺菌）」