



給食だより



明けましておめでとうございます

新年、明けましておめでとうございます。家族や親せきで、おせち料理やお雑煮などお正月ならではの料理を囲み、楽しく新年を迎えられたかと思えます。今年も風邪をひかない力強い子どもたちに成長しますよう、栄養たっぷりの美味しい給食を提供していきたいと思えます。本年度もどうぞ宜しくお願い致します。



ノロウイルスに注意

毎年11月頃から4月にかけて、ノロウイルスの感染を原因とするウイルス性の嘔吐・下痢症が流行します。特に保育園・幼稚園・小学校などの子供達が集団生活を送っている施設では、内部でヒトからヒトに感染し、爆発的に流行することがあります。まずは手洗いをしっかり行いましょう！

どきっちり 手洗い
食中毒予防には手洗いが最も重要です。調理前、食事前、トイレの後は、石けんをよく泡立ててこすり洗いし、流水できっちりすすぎましょう。

どきっちり手洗いはノロウイルス食中毒予防の基本です。
手洗いの目的はノロウイルスを洗い流すことです。流水できっちり手を洗いましょう。

ノロウイルスの消毒にはアルコールや逆性石けんはあまり効果がありません。

手洗いは2回行うと効果的です。

どきっちり 加熱
カキやアサリなどの二枚貝の内臓にはノロウイルスが蓄積することがあるため、生や半生で食べると食中毒にかかる可能性があります。

二枚貝は、しっかり中まで火を通しましょう。
生や半生ではリスクが高まります。加熱は85度で1分以上が目安です。

調理器具等の消毒
ノロウイルスの消毒には次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を用いましょう。



しっかり食べよう朝ごはん



納豆味噌



材料 (3人分)

納豆 1p みそ大1 みりん小1 砂糖大1 油小1 卸生姜少々

作り方

- フライパンに油をひき、みそ、みりん、砂糖、生姜を加えて、焦げないように弱火で少し照りがでるまで混ぜていきます。
- ①に納豆を加えて混ぜ合わせればできあがりです。

※油味噌を作り置きしておけば納豆を混ぜるだけでさっと朝ごはんが出来上がります。

給食でも大人気の納豆味噌！ぜひ、ご家庭でも作ってみてください。



厨房コラム… 新年あけましておめでとうございます！今年もどうぞよろしくお願いたします



今年も心を入れて調理して、美味しい給食を作ります。いっぱい食べて大きくなりましょうね。

寒くなっています。体を冷やさないように、ショウガなどを料理に入れると体の中がポカポカになって温めてくれます。休みで、生活リズムも崩れることで体調も崩さないように、適度に体を動かして、よく食べて体調管理していきましょう！