

給食だより

8月
August



～8月は食品衛生月間です～

夏期は温度・湿度とも高くなり、食材の取扱によっては食中毒を起ししやすい季節です。対策をして予防をしましょう。

<家庭での食中毒対策>

- ①食品は新鮮なものを選ぶ。
- ②肉や魚は汁がもれないよう、購入時に個別のビニール袋へ入れ、帰宅後すぐに冷蔵庫へ入れる。エコバックの洗濯。
- ③冷凍食品は室温での解凍は避け、電子レンジや冷蔵庫で解凍。
- ④まな板と包丁は、加熱など加工する前に使用する物と、加工済み食品用の2つを用意など、調理器具の使い分けをする。
- ⑤電子レンジを使用する時は、均一に加熱。
- ⑥台所は整理整頓・清潔に。
- ⑦食品を取り扱う際は十分に手洗いをを行う。



～ 保育園の人気メニュー ～

今年度の嗜好調査では、園で人気の野菜レシピが知りたいとのご意見を多数いただきました。今月はどの園でも人気の、キャベツとリンゴのサラダのレシピを掲載させていただきます。

キャベツとりんごのサラダ

<材料・子ども1人分>

キャベツ 25g

きゅうり 5g

人参 5g

ハム 5g

りんご 5g

★マヨネーズ 5g

<作り方>

- 1、野菜をそれぞれ洗いキャベツを小さめのざく切り。人参・きゅうり・りんごをいちよう切り。ハムを千切りに切る。
- 2、野菜を茹で冷水で冷ます。
- 3、冷ました野菜を水切りしてりんご、ハム、マヨネーズを加えて味の調整をする。

ハムの塩味とりんごの甘さやシャキシャキとした食感で人気野菜メニューです。りんごを見つけれられる大きさで入れるとフルーツ好きな子どもたちは喜んで食べてくれます。



～夏の野菜・とうもろこし～



子ども達の大好きなとうもろこし。黄色い粒は見たことも食べたこともあります。身の数だけある長いヒゲ、それを包む緑の皮までついた丸ごと一本のとうもろこしを見たことがない子も多くいるでしょう。

園では旬のとうもろこしを使用して、とうもろこしご飯を提供します。

その他に、夏野菜カレー、冬瓜スープ、オクラのおかか和え、豚肉とズッキーニのトマト煮など、美味しく栄養たっぷり旬の夏野菜メニューを提供していきます。

ご家庭でも、おいしい旬物を味わってみては。

