



給食だより



今年も残り1ヶ月となりました。これからますます寒さも厳しくなってきます。
バランスのとれた食事と、十分な睡眠、こまめな手洗い・うがいで、元気に冬を過ごしましょう。



今月の給食目標



冬の食中毒を予防しましょう



< 冬季に流行する食中毒 ～ノロウイルス～ >

ノロウイルスの食中毒予防 ～調理するときに気をつけること～

- 手洗い・・・調理前は、特に丁寧に手を洗いましょう。
- 食材の加熱・・・ノロウイルスは、85℃で1分以上の加熱が有効です。
中心までしっかり火が通るように加熱しましょう。
- 器具の洗浄・・・使ったあとの器具はしっかり洗いましょう。特に
配膳器具は、煮沸消毒などをすると効果的です。



ノロウイルスなど、ウイルスによる食中毒は、1年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。ノロウイルスは感染力が強く、食べ物だけでなく人から人へも感染しますので、調理をする際は、特に注意しましょう。



作ってみよう！



りんごケーキ

今が旬のりんごを使って、
クリスマスのおやつはいかがですか。



<材料 子ども約5人分>

ホットケーキの素	100g
りんご	100g
鶏卵	1個
油	30g
砂糖	25g

<作り方>

- ① りんごは皮をむき、いちよう切りにする
- ② 鶏卵と砂糖を泡だて器でよく混ぜ、油を加えてさらに混ぜる
- ③ ②にホットケーキの素を加えてさっくり混ぜ、①を合わせる
- ④ 天板にオーブンシートを敷き、③を平らに流して焼く(170℃・30分)

