



H28. 6
いちじまこども園
調理室 安達 由紀
堀 亜紀
吉住 亜由美
細見 艶子

6月に入ると梅雨のシーズンがやってきます。食中毒に気を付けなければならない時期でもありますね。ご家庭でも手洗いや調理器具の衛生等、時々ご点検ください。

🍴👤🍷 食べることの大切さ 🍴👤🍷

6月は「食育基本法」により食育月間となっています。「食べることの大切さ」について考える月です。

こども園では、「安心・安全・愛情たっぷり」を第一に美味しく、旬を味わえて「食べるって楽しい!」「食べ物っておもしろい!」と食に興味を持てる子どもに育つことを願い給食作りを行っています。

ぜひ食育月間を機に、食事や食材、またマナーについて振り返ってみましょう。

☆食育月間のおすすめ☆

- 家族そろって食卓を囲む
- 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶はきちんとする
- 好き嫌いしないで何でも食べる（食べようとチャレンジする）
- 行事食や家庭の味を大切にする
- 旬の食材を食卓に出す

作ってみませんか？

＊ ＊ タマネギたっぷり卵丼(4人分) ＊ ＊

材料

卵……………4個	タマネギ……………200g
ニンジン……………80g	シイタケ……………20g
ネギ……………20g	天かす……………4g
だし汁……………400cc	しょうゆ……………大さじ3
酒……………大さじ2	みりん……………大さじ2

作り方

- ①タマネギとシイタケは薄切りに、ニンジンは千切り、ネギは小口切りにしておく。卵は溶きほぐしておく。
- ②鍋に、だし汁・しょうゆ・酒・みりんを入れ煮立て、タマネギ・ニンジン・シイタケ・天かすを入れて煮る。
- ③野菜が柔らかくなったら、卵を回し入れ軽く混ぜる。卵に火が通ったら火を止める。
- ④器にご飯を盛り、③をのせてネギを散らせば出来上がり！

バイキンさようなら！

暑くてジメジメとしてくるこの時期は食中毒に気をつけたいですね。冬場に流行するウイルス性食中毒とは違い、夏場の食中毒は細菌性によるものが多いです。

こども園では、食事の前にはテーブルをアルコール消毒し、子ども達もキンダーは自分達で、ナーサリーは保育者に手伝ってもらいながらしっかり手洗いをしています。

きれいになったかなあ



給食作りでは、下処理用、生魚・生肉用、生野菜用、加工品用、加熱調理後用、果物用にまな板と包丁を分けて使用しています。生野菜の使用は避け必ず加熱をしてから提供しています。また、中心温度計を使い加熱したものの中心が85℃以上になっているのを確認しています。



お好み焼きも85℃以上になっています！！

バイキンさようならで安心な食事を！