

6月の給食だより



梅雨に入り、これからは細菌性の食中毒が増える時期です。菌を繁殖させないためにも「つけない（手洗い）、増やさない（冷蔵・冷凍保存）、やっつける（加熱細菌）」の三原則を守って食中毒を予防しましょう。

上手に手を洗いましょう！

・なぜ手を洗うの？

汚れがついていなくても、手には目に見えない細菌やウイルスが付いています。手についた細菌やウイルスが体に入ると、かぜやインフルエンザ、食中毒などの病気にかかってしまうかもしれません。手を洗えば、細菌やウイルスを洗い流すことができます。

・どんな時に手を洗っていますか？

食事をする前、料理を作ったり配ったりする前、トイレに行った後、外から帰ってきたとき、汚れているものに触ったとき、せきやくしゃみをして手で口を押えたときなど。こまめに手を洗いましょう。



6月4日から10日は歯と口の健康週間です。歯や口の中の健康を見直しましょう♪

歯をキレイに！ 仕上げ磨きはいねいに

むし歯を予防するためには、歯磨きがとても大切です。子どもだけで磨けるようになって、まかせきりはNG。ゆっくり時間をとりやすいく就寝前に、大人がはいねいに仕上げ磨きを行いましょう。歯ブラシの毛先を歯の表面に直角に当て、裏表、1本1本でいねいに磨くのが、汚れをキレイに取り除くコツ。歯の間には、ときどき糸ようじを使いましょう。

食中毒の種類と 家庭での予防

食中毒の中で発生件数が多いのはサルモネラ菌やカンピロバクターなどによる細菌性中毒とウイルス性中毒で、この2種類で全体の約8割になります。食中毒の予防は、細菌やウイルスを「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが3原則です。そのためには家庭でも、調理前はしっかり手洗いをする、調理後はすぐに食べる、食品は十分に火を通すなどに気をつけましょう。

27日(金) 誕生会

☆メニュー☆

鮭おにぎり

唐揚げ

トマト

ブロッコリー

ミニオンポテト

春雨の酢の物

えのきのスープ

オレンジ

☆おやつ☆

牛乳・ミニゼリー・菓子

月	献立名	3時のおやつ	未満児追加
2 16 30	月	かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のマヨネーズ和え しめじのみそ汁	牛乳 ジャムサンド ごはん 牛乳 せんべい
3 17	火	魚のカレームニエル おくらとほうれん草の納豆和え もずくのスープ	お茶 おにぎり(塩昆布・かつお節) ごはん ヨーグルト
4 18	水	ハヤシライス ごまじゃこサラダ オレンジ	牛乳 グレープゼリー せんべい ごはん 牛乳 ビスコ
5 19	木	かぼちゃと魚のコーン揚げ きゅうりの酢の物 切り干し大根のみそ汁	ミルク(牛乳) パイナップル チーズ ごはん 牛乳 丸ボーロ
20	金	ポークジンジャー 添)トマト じゃがいものみそ汁	牛乳 ココアケーキ ごはん 牛乳 コーンフレーク
7 21	土	焼きビーフン かきたま汁 みかん缶	牛乳 バナナ せんべい ごはん 牛乳 ビスケット
9 23	月	ポークビーンズ ごま風味のサラダ パイン缶	牛乳 ヨーグルトケーキ ごはん 牛乳 せんべい
10 24	火	魚の西京焼き トマトの甘酢づけ チンゲン菜のスープ	牛乳 とうもろこし ごはん ヨーグルト
11 25	水	鶏肉のマーマレード煮 スパゲティサラダ 豆乳スープ	牛乳 焼きいも ごはん 牛乳 ビスコ
12 26	木	チキンカツ 野菜サラダ 豆腐のみそ汁	お茶 フルーツヨーグルト ごはん 牛乳 せんべい
3	金	魚のみそバター焼き ひじきの洋風サラダ 野菜スープ	お茶 焼きそば ごはん 牛乳 卵ボーロ
14 28	土	大和煮 ほうれん草ともやしのごま和え	牛乳 ミニパン ごはん 牛乳 コーンフレーク



※ 献立は変更になることもあります。
※ 離乳食はその日の献立に応じて作っています。

6日(金)は、お弁当の日になっています！！

