



## 食中毒に気をつけよう

例年に比べ、遅い梅雨の始まりとなりました。食中毒は、湿度の高い梅雨の時期に多くなります。食中毒から身を守るためには、菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」という予防の三原則があります。

- |               |                  |                 |
|---------------|------------------|-----------------|
| 1. つけない       | 2. 増やさない         | 3. やっつける        |
| ・正しく手洗いを！     | ・電子レンジや流水で解凍を！   | ・食材は中心までしっかり加熱！ |
| ・魚や野菜はしっかり洗う！ | ・料理は小分けして冷蔵又は冷凍！ | ・キッチンはいつも清潔に！   |

## 6月15日に給食試食会をおこないました！

～当日の献立～

- \*ナン \*牛乳
- \*バターチキンカレー
- \*小松菜とわかめのサラダ
- \*フルーツ白玉



当日は役員さん含め71名のご参加がありました。カレーはスパイスを6種類使用した手作りルーです。調理員さんが3時間半も煮込んでくれました。



役員のみなさんが配膳の当番をしてくださいました。普段の子どもたちと同じように参加者の方が並んで給食をもらいます。



普段の給食と同じように前を向いていただきます♪

ご記入いただいたアンケートより一部をご紹介します。

「バターチキンカレーが本格的な味で美味しかった」「カレーは辛いのが苦手な子には少しきついかも？」  
「意外に量も多く満足できた」「野菜とフルーツでさっぱりしてバランスがとてもいい」などたくさんのご意見をいただきました。また、ご家庭でも、何回おかわりした、好きなメニューや嫌いなメニュー、小学校と比べてどうか、などお子さんと給食のお話をされる方が多く、とても嬉しく思いました。今後の給食運営の参考にさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

## 7月の献立について



旬

\*3日(水): なす麻婆豆腐(なす)



なすに多く含まれているカリウムは、体中のナトリウム(塩分)を排出する働きがあります。

\*11日(木): いわしのフライ(いわし)



いわしには脳の働きをよくする栄養素が含まれています。

\*17日(水): 枝豆とひじきのサラダ(枝豆)



疲労回復や夏バテ防止に最適な枝豆を使用した彩りの良いサラダです。

\*18日(木): すいか



すいかは90%以上が水分なので、暑い日の水分補給に大変役立ちます。

9日(火): 九州地方 沖縄県

郷土料理

【ジュシー、もずくスープ、  
パインサラダ、サターアングギー】

「ジュシー」は沖縄の言葉で炊き込みご飯を指し、行事や祝い料理としてふるまわれます。主な具材は、豚バラ肉、にんじん、しいたけ、かまぼこなどがあります。

「サターアングギー」は沖縄の揚げ菓子で、サター(砂糖)+アング(油)+アギ(揚げ)で「油で揚げたもの」という意味です。

日本一のもずくの産地は沖縄で、全国シェアの約9割を占めています。