

令和4年 9月 30日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 親子丼 牛乳 チンゲン菜のごまドレッシング和え ミルクかりんとう



【ひとロメモ】

手をしっかり洗おう

(心身の健康)

みなさん、給食の前に、きちんと手が洗えましたか？

手洗いで大切なのは、石けんを使って、ていねいに洗うことです。手を水でぬらしただけでは、手のしわの中に入りこんでいるばい菌をきちんと流しきることができないので、手はきれいにはなりません。指と指の間や、つめの間にはばい菌がたまりやすいので、石けんを使って特に気をつけて洗うようにしましょう。

また、手を洗った後はせいけつなハンカチで手をふきましょう。ばい菌がおなかに入ると、おなかの調子が悪くなることがあります。

自分のためにも、周りの大切な人たちのためにも、給食の前にはしっかりと手洗いをするようにしましょう。

令和4年 9月 30日(金) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 さんまの塩焼き&すだち
小松菜とコーンのあえもの 玉ねぎのみそ汁



【ひとロメモ】

旬のサンマについて知ろう

(食品を選択する能力)

秋はサンマがたくさんとれる時期ですが、サンマがとれる量が年々少なくなってきています。理由には、地球全体の気候変動のため、日本の沿岸の海水温が高くなり、冷たい海を好むサンマが近寄らなくなってきたこと、台湾やロシアなどの外国でもおいしいサンマを食べるようになって、以前よりもたくさんサンマをとるようになったことなどが考えられています。

今日の給食は「さんまの塩焼きとすだち」です。サンマは骨がたくさんあるので、苦手な人もいると思いますが、数が少なくなっている貴重なサンマです。少しでも食べてみてくださいね。

令和4年 9月 30日(金) 飯山学校給食センター

【献立名】親子丼

牛乳 チンゲン菜のごまドレッシングあえ
ミルクかりんとう

《今日の丸亀産の食材》
チンゲン菜、葉ねぎ



【ひとロメモ】

手をしっかり洗おう

(食品を選択する能力)

今日のめあては「手をしっかり洗おう」です。

9月になっても、まだまだ暑い日が続くので、食中毒には十分注意しなければいけません。みなさん、食事の前の手洗いは、きちんとできていますか？手はきれいに見えても目に見えないバイキンがたくさんついています。特にパンは手を使って食べるので、手をじゅうぶんに洗って清潔にしておくことが大切です。

手洗いがきちんとできたかどうか、手洗いのチェックをしてみましょう。

- ①石けんをよく、泡立てましたか？
- ②指先、指の間、手のひらと甲、手首まできちんと洗いましたか？
- ③水であわをしっかりと洗い流しましたか？
- ④きれいなハンカチでふきましたか？

手あらいをきちんとし、食中毒を起こすばい菌を食べ物といっしょに口に入れないようにしましょう。