

給食だより

平成29年度 6月号

西能美学校給食共同調理場

正しい手洗いを身につけよう

5日～9日は「歯と口の健康週間」です。昔の人と比べ、現代にきている私たちの歯は低下しているといわれています。よくかんで食べることで、消化を助けたり、虫歯予防、脳のはたらきがよくなるなど体に良いことがたくさんあります。かむことの大切さを見直しましょう。

梅雨の季節に入り、だんだん暑くなってきましたね。冬場に発生しやすいノロウイルスなどの食中毒に加え、湿気の多い日や暑い日に起こりやすいカンピロバクターやサルモネラなどの細菌性食中毒も注意が必要です。細菌性食中毒は、食品中などで菌が増殖していたり、細菌からの毒素が発生することで起こります。食中毒予防のために、石けんでしっかりと手を洗うことを心がけましょう。

6月のたべもの

びわ



β-カロテン、タンニンなどが豊富で、動脈硬化やがん予防の効果が期待できる。給食では、6日にびわゼリーがです。

じゃがいも



でんぷんが主成分。加熱しても壊れにくい。ビタミンCはりんごの約9倍！

食事や給食当番の前に

きれいに手を洗おう！



ひとくちだよりから

- 5/1 (月) たけのこごはんさいこー 【三高中 2年】
- 5/1 (月) かしわもちのモチモチしたかんしょくがおいしかった。 【鹿川小 5年】
- 5/1 (月) じゃがいもが九州で栽培されているのを初めて知りました。 【能美中 1年】
- 5/11 (水) 豆は嫌いだけどカレーだったらおいしかったです。 【中町小 2年】
- 5/17 (火) 運動会の練習でつかれていたけどふっとびました。 【三高小 5年】
- 5/19 (金) ツナサラダがおいしくてほっぺたがおちそうでした。 【大古小 4年】
- 5/22 (月) にものごはんがマッチしておいしかったです。 【中町小 5年】

ココをチェック！
洗い残しが多いところ

指先・つめ
指の間
手首

指の先やつめの間、指の間の手洗いが不十分になりがちです。手首までしっかり洗いましょう。

手洗いのタイミング

- ★ ごはんの前
- ★ 料理する前
- ★ トイレの後
- ★ 外から家や学校に着いた後