

給食だより 6月

新座市立野火止小学校
校長 若林 寿
栄養士 西川 聡子

安心・安全な学校給食のために～食中毒・異物混入対策～

食中毒の原因として、主にウイルスと細菌が挙げられます。ウイルス性食中毒(ノロウイルス等)に加え、これからの時期は気温と湿度が高い日が増えてくることから、細菌性食中毒(サルモネラ菌、黄色ブドウ球菌、ウェルシュ菌等)も起こりやすくなります。そのため、給食室でも特に気をつかう時期です。

安心・安全な学校給食のためには、異物混入への対策も必要です。給食室では国の衛生管理基準に基づき色々なことを対策していますので、具体例を紹介いたします。このうち、食中毒防止のための手洗いや加熱はご家庭でも実施できる部分ですので、参考にしてみてください。

1 身じたく・手洗い

毎日、清潔な白衣・帽子・マスクを着用します。つめブラシを使用し、しっかり手洗い後、消毒します。



髪の毛が一切出ない帽子です

3 作業場の区分・エプロンの色分け

作業ごとに部屋や場所が分かれており、担当ごとにエプロンの色分けをしています。



5 しっかり加熱・冷却・記録

調理したものはすべて中心温度を確認し、記録します。



7 校長先生による検食

児童が食べる30分前に校長先生が食べ、問題がないか確認しています。



2 当日納品・調理 ※ドライ運用

前日からの作り置きはせず、当日届いた食材で作ります。水はねや湿度上昇を防ぐため、給食室は床を濡らさない工夫をしたドライ運用です。



乾いた床を保つドライ運用

長靴ではなく短靴を着用します

4 様々なルール(以下はごく一部です)



袋は切り離さない
(ビニール片の混入防止)

使用前の確認
(金属片等の混入防止)

6 保存食をとる

食材や出来上がった給食について、50gずつ2週間冷凍保存します。万一、食中毒が発生した際は原因究明に使用します。



8 食器具類の洗浄・保管・確認

食器具類は丁寧に洗い、熱風で消毒・乾燥させ保管します。朝、食器の割れ等がないか確認しています。



6月4日～10日は 歯と口の健康週間 です!

6月4日は、6(む)と4(し)の語呂合わせから、昔は“むし歯予防デー”と呼ばれていましたが、2013年より6月4日～10日が“歯と口の健康週間”と定められました。

歯と口の健康を保つことで、適切な栄養摂取ができます。また、糖尿病などの疾患が歯周病とも関係しており、歯と口の健康は全身の健康状態に深く関わっていると言われてます。

歯と口の健康週間中の給食献立は、かみごたえのある食材、歯の形成に関わるカルシウムを多く含む食材、食感を楽しめるような食材をたくさん取り入れています。

4日: 呉汁

…砕いた大豆が入った汁です。ごぼうやこんにゃくなどが入り具たくさんです。

5日: ファイバージャー جان麺

…切干大根、干しいたけ、ごぼうが入ったジャー جان麺です。

8日: 切干大根のナムル

…切干大根が入った和えものは、かみごたえがあります。

9日: カリカリじゃこのサラダ

…カルシウムの多いじゃこをカリカリにすることで、食感も楽しめます。



日々の食事でもかみごたえのあるものを取り入れ、“かむ”ことを意識してみましょう!



作ってみませんか? ～切干大根のナムル～

切り干し大根は煮物のイメージが強いかもしれませんが、給食では色々な料理に使用しています。切り干し大根のナムルは、かみごたえのある人気メニューの一つです。

【材料 5人分】(中学年の分量です)

切干大根 15g
もやし 150g
こまつな 80g
にんじん 30g

しょうゆ 15g
砂糖 4g
ごま油 4g
ラー油 少々
にんにく 少々※チューブ可

【作り方】

- ①切干大根は水で戻す。長ければ切る。
- ②こまつなは2cm位に切る。
- ③にんじんは千切りにする。
- ④切干大根と野菜をたっぷりの湯でゆで、冷水にて冷まし、水気をしっかりと絞る。
- ⑤調味料を混ぜあわせ、④と和える。