



一年間の給食を振り返ってみよう

この一年間に身長や体重はどれくらい成長したでしょうか？また、好きな食べ物はいくつ増えたでしょうか？
お子様からは「おいしかった」「全部食べられるようになった」などの声をたくさん聞くことができ嬉しくなりました。

今年度の給食もあと少しです。この一年を振り返るとともに、来年度の目標を立ててみましょう。



- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 食事の前に手洗いができましたか？ | <input type="checkbox"/> 「いただきます」と「ごちそうさま」の挨拶をできましたか？ |
| <input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができましたか？ | <input type="checkbox"/> 食事のマナーを守って食べることができましたか？ |
| <input type="checkbox"/> スプーンや箸を正しくつかうことができましたか？ | <input type="checkbox"/> バランスよく食べることができましたか？ |
| <input type="checkbox"/> 好き嫌いなく、残さず食べることができましたか？ | <input type="checkbox"/> 楽しく食べることができましたか？ |



ノロウイルスに注意!!

ノロウイルスによる食中毒が発生しています。

ノロウイルスに感染した人が調理する際に食品を汚染し、その汚染した食品を喫食する場合やノロウイルスに汚染されている食品を加熱不十分な状態で食べるなど「経口感染」が主な原因となっています。


ノロウイルスに感染すると、1～2日で、おう吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が起きます。

子どもは重症化することがあるので、特に注意が必要です。

感染しないように、広げないようにしっかりと予防をしましょう。



ノロウイルス食中毒の予防4原則

<p>持ち込まない</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・ふだんから感染しないように、手洗いや日々の健康管理を心がけましょう。 ・腹痛や下痢などの症状があるときは、調理はお休みしましょう。 	<p>広げない</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・おう吐物などを処理するときは、使い捨てのマスクや手袋などを着用しましょう。 ・おう吐した場所は塩素系消毒液※や熱湯で消毒しましょう。 	<p>つけない</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理や食事の前には石鹸を使って手を洗いましょう。 	<p>やっつける</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・食品の中心部までしっかり加熱しましょう。（中心温度85℃以上 90秒以上） ・調理器具は、洗剤などで十分に洗浄し、熱湯（85℃以上）で1分以上加熱するか、塩素系消毒液に浸して消毒しましょう。
--	---	---	---

※ 塩素系消毒液は家庭用塩素系漂白剤を水で薄めてつくることができます。

今月のおすすめ食材



いちごには、ビタミンCや葉酸、食物繊維が豊富に含まれています。洗うだけで手軽に食べられ加熱による栄養素の損失もないため、旬のこの時期にデザートやおやつに取り入れてみてはいかがでしょうか。

毎月19日は、「食育の日」です。旬の食材を取り入れた料理を提供致します。

いちごクレープ

<材料>大人4個分

- ・小麦粉：50g
- ・砂糖：8g
- ・塩：少々
- ・卵：1/2個
- ・牛乳：120g
- ・サラダ油（生地用）：8g
- ・サラダ油：適量

<具>

- ・ホイップクリーム：80g
- ・いちご：8個



- ① ボールに小麦粉と砂糖と塩を入れ混ぜます。
- ② 別のボールに卵を割り入れてよくほぐし、牛乳を加えて泡立て器でよく混ぜます。
- ③ ①に②を3回程度に分けて加え混ぜ合わせ、最後にサラダ油を加えて混ぜます。ラップをして冷蔵庫で30分～1時間寝かせます。
- ④ フライパンにサラダ油を入れ熱し、生地を薄く広げ弱火で両面焼きます。
- ⑤ 焼き上がったクレープは皿にのせて冷まします。
- ⑥ クレープにホイップクリームとカットしたいちごをのせて包み完成です。