

# きゅうしょくだより

仙台市立向山小学校

令和2年度6月号

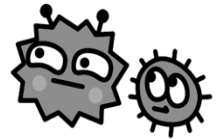


## 梅雨入りしました。

雨が降ったり、晴れたりとジメジメムシムシした季節になりました。梅雨は、食中毒などの原因となる細菌が増えやすい時期です。コロナウィルス感染防止対策と同様に、食中毒を防ぐためには、「手洗い」が大切です。清潔なハンカチも忘れないようにしましょう。



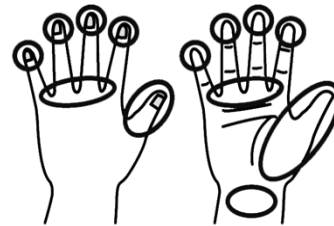
### 手洗いは、食中毒や病気予防の基本です！



食中毒、風邪、インフルエンザなどは、目に見えない小さな細菌やウイルスが体の中に入ることによって感染します。いろいろな物を触る手には、細菌やウイルスが付きやすいため、こまめな手洗いは病気予防の第一歩です。



せっけんを使って丁寧に洗い、清潔なハンカチやタオルで水分をふきましょう。



洗い残しの多い部分も意識して洗いましょう。



### 手洗いのタイミング

### こんな時は必ず手を洗いましょう

食事やおやつの前

外から帰った時

料理をする前

トイレの後

掃除の後

動物を触った時



## ～給食室での衛生管理～

給食室でも、食中毒を防ぐために衛生管理にいつも以上に注意を払いながら、給食作りをしています。給食室で行っている衛生管理の中からいくつかをご紹介します。

### ①エプロンや靴の履き替え

汚染区域・非汚染区域毎に靴を履き替え、汚染食材・非汚染食材毎にエプロンを取り替えて作業を行います。汚染されている食材(加熱前の生肉など)で使ったエプロンで、そのまま非汚染食材(火を通した完成食品)の作業をすれば、これも汚染が広がってしまいます。



## ②温度管理

食中毒予防に最も効果的なのは「温度」です。「肉に火が通った」とか、「なんかそろそろいい感じ」とか、そういう見た目ではなく、学校給食では、温度測定後が「料理の完成」となります。加熱する料理は、85℃で1分以上加熱を行っています。



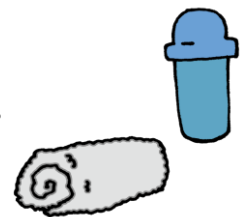
## 暑い時期の給食について

向山小の給食室には、冷房施設がないため、7月から9月までは、給食室の気温がとても高くなります。この時期、衛生管理の決まりから、サラダやおひたし等の和え物メニューを出すことができません。9月末までお休みになります。

## ～コロナウイルス感染防止のためのお願い～

### おしぼりの持参について

給食時間中は、原則、「ごちそうさま」をするまで立ち歩くことができません。果物等を食べて手が汚れても洗いにいけないため、必要に応じて御家庭から、おしぼりやウエットティッシュなどを持たせていただければと思います。



## ～給食レシピ紹介～

### もやしの中華和え

材料 5人分

もやし	2袋 (400g)
ごま	4g (小さじ1強)
ごま油	20g (小さじ5)
サラダ油	5g (小さじ1強)
しょうゆ	30g (小さじ5)
酢	25g (小さじ5)
さとう	15g (小さじ5)
にんにく (すりおろしたもの)	1g
しお	1g弱 (ひとつまみ)
中華だしのもと	3g (小さじ1)
トウバンジャン	1g

今回は、給食で人気のある「もやしの中華和え」のレシピを紹介します。



給食では、すべて加熱しています。  
加熱することがポイントです。

### 作り方

- ① ごまは煎っておく。
- ② ごま油からトウバンジャンまでのたれをなべに入れ、加熱しておく。あら熱がとれたら、冷蔵庫で冷やす。
- ③ もやしは、よく洗ってから茹でる。その後、冷やす。
- ④ もやしに、たれをかけて出来上がりです。