



食中毒に気を付けましょう

3原則		
<h3>つけない</h3> <ul style="list-style-type: none"> ●手洗い・手袋の着用 ●器具を使い分ける ●清潔な調理器具を使用する <p>肉や魚介類は専用の容器に入れましょう!</p>	<h3>ふやさない</h3> <ul style="list-style-type: none"> ●低温で保存する ●詰め込みすぎない(7割程度) <p>冷蔵室 10℃以下</p> <p>冷凍室 -15℃以下</p> <p>作ったら早めに食べましょう!</p>	<h3>やっつける</h3> <ul style="list-style-type: none"> ●中心部まで十分加熱 ●器具の消毒 <p>85~90℃ 90秒間以上</p> <p>消毒には熱湯や塩素系漂白剤が有効です!</p>

鶏肉はしっかり火を通そう!

保育園でも食中毒に充分気を付けながら調理・配膳を行っていますが、家庭でも気を付けましょう。特に、肉類はしっかり加熱してから食べるようにしましょう! 中でも鶏肉はしっかり火が通っていないと、カンピロバクター食中毒になってしまい、子どもはもちろん、大人も注意が必要です。腹痛・下痢・発熱・嘔吐・めまいなどの他に、ギランバレー症候群になってしまうこともあります。鶏肉の中心温度が75℃以上の状態が1分以上経過しなくてはなりません。家庭で鶏ハムなどの低温調理も注意が必要です!



今月はばなな組職員が考えたメニューを取り入れました。
ビビンバ 春雨サラダ スープ フルーツヨーグルト
ばなな組の様子

食事のマナーについて丁寧に伝えています。座り方や箸の持ち方など、少しずつ意識しようとする姿も見られるようになってきました。また、自分の食べられる量を知ること、完食する達成感を味わったり、残食を減らすことを目指して日々取り組んでいます♪

沢煮椀ってなに?

25日に提供する沢煮椀は「さわにわん」と読みます。根菜などのたくさんの野菜の干切りと豚肉をしょうゆとだしで煮た汁物です。「沢」には①野菜が沢山入っている。②薄い味付け。③干切り野菜が沢の水の流れに見えるなどの意味が込められています。