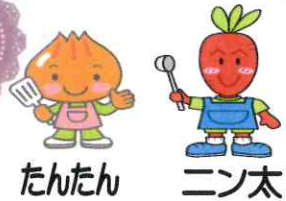




1月

令和2年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課



給食だより



給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(TEL 22-4008) e-mail: kyusyoku@i-hamanasu.jp



感染症予防の基本は手洗い

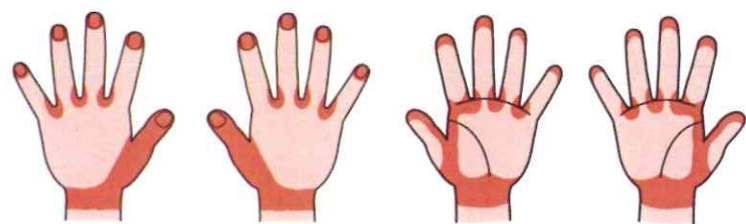


わたしたちは、普段、いろいろなものに触っています。そして、その手で何気なく自分の顔などに触れています。そのようにして、手についた病原性微生物（細菌やウイルス）が気づかない間に、鼻や口、目の粘膜から体内に入り込み、風邪などに感染します。手は、見た目に汚れていなくても病原性微生物が付着している場合があるため、石けんを使って流水できれいに洗い流す習慣をつけることが、感染対策の基本であり、最も重要な手段なのです。

寒さが厳しくなると手洗いもおろそかになりがちですが、今一度、正しい手の洗い方について見直しましょう。

洗い残しやすい場所

ポイントを知ってしっかり手洗い



手の甲

手のひら

手洗いをする時、特に意識をしないで洗っていると洗い残しがいろいろと出てしまいます。洗い残しやすい部分としては、つめと指先、指と指の間、親指、手首などがあります。

手を洗う時は、洗う順番を決めておくと、洗い忘れも防げるのでおすすめです。

石けんを使った手洗い



感染を予防するためにも、石けんを使ってよく手を洗いましょう。指先や指と指の間、親指や手首などは洗い残しやすいところなので、特に注意して洗うようにします。

今月のもくひょう 衛生に 気をつけよう

毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。

ぜひお子様と一緒に読んで下さい。



給食費は期日までの納入をおねがいします。

給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。

今月の注目メニュー

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。



★たんとんの日こんだて

Aコース21日(木)・Bコース22日(金)

豆乳鍋風に入っている手造りみそ、ヤーコンのきんぴらに入っているヤーコンは岩見沢産です。



今月は12月の給食のメニューから紹介するよ!



ニン太の レッツ COOKING♪ 大根のそぼろ煮

材料(4人分)

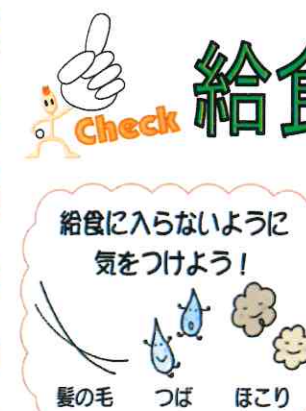
- ・大根…180g
- ・豚ひき肉…80g
- ・人参…40g
- ・おろし生姜…少量
- ・赤みそ…14g
- ・三温糖…7.2g
- ・酒…小さじ 4/5
- ・醤油…適量
- ・だし汁…適量
- ・油…適量
- ・片栗粉…小さじ 1と 1/3

～つくり方～

- ① 大根、人参はいちょう切りにする。
- ② 鍋に油を熱し、豚ひき肉と酒を入れてそぼろ状に炒める。
- ③ 豚ひき肉の色が変わったら、だし汁、大根、人参を入れる。
- ④ 煮立ったらアクをとり、赤みそ、三温糖、醤油、おろし生姜を加え、大根と人参がやわらかくなるまで、弱火から中火でコトコト煮る。
- ⑤ 水溶き片栗粉でとろみをつけたらできあがり♪

生姜の量を多めにしたり、加えるタイミングを最後にすると、生姜の風味をより楽しむことができますよ。

給食当番の身支度



給食当番は、みなさんが楽しみにしている給食を、安全で衛生的に準備をして配ぜんする大切な役割があります。身支度や手洗いをしっかりと行い、協力し合って思いやりや責任を持った活動ができるようにしましょう。

- 石けんを使って十分な手洗いをし、きれいなハンカチで手をふきましょう。
- 髪の毛が出ないように帽子や三角巾をしましょう。
- マスクは口と鼻がかくれるようにつけましょう。
- つめは短く切っておきましょう。
- 清潔な白衣やエプロンをきちんと身に着けましょう。