



きゅうしょくだより 7・8月

いよいよ本格的な夏の始まりです。夏を楽しく元気に過ごすためには、規則正しい生活と栄養バランスのよい食事を続けることが大切です。暑さで食欲がわきにくい人もいますが、朝ごはんは必ずとるようにしましょう。また、熱中症になりやすい季節ですので、こまめな水分補給を心がけるようにしましょう。



たべっピーの “本”の世界へようこそ

こんにちは！ぼくは、御殿場市学校給食センターのマスコット『たべっピー』です。よろしくね！

今年度の「たべっピー給食」のテーマは、『本の世界へようこそ』だよ！
本の中に実際に出てくる食べ物や本の内容をイメージした料理などのブックメニューを給食で提供するよ！さあ、みんなで物語の世界に行ってみよう！



★今月紹介するのは・・・【リトルマーメイド】をイメージして

ぎょかい 「魚介のペペロンチーノ」

人間の王子エリックに恋した人魚のアリエルは、「声」を引き換えに人間の足を手に入れます。3日以内に真実のキスをしなければ、アリエルは魔女にすべてを奪われてしまいます。果たしてアリエルは、エリックと結ばれるのでしょうか・・・。

アリエルがフォークで髪をとかす場面からヒントを得て、魚介を入れたペペロンチーノを作りました。



食中毒予防の3原則 食中毒菌を「付けない・増やさない・やっつける」

「付けない」 ●こまめに手を洗う ●手に傷があるときは、使い捨て手袋をして調理する ●器具の洗浄・消毒を徹底する	「増やさない」 ●食品は適切な温度で保管する ●調理後は早めに食べる	「やっつける」 中心部75℃ 1分以上 (ノロウイルスは85℃ 90秒以上) ●しっかり加熱する
--	---	---

感染症・食中毒予防の基本！

正しい手洗い方法を確認しよう



1 流水で手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする

2 手の甲を伸ばすようにこする

3 指先、爪の間を念入りにこする

4 指の間を洗う

5 親指、手首を反対側の手でねじるようにして洗う

6 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチやタオルでふき取る

洗い残しの多い部分は念入りに！

爪はあらかじめ短く切っておきましょう

ごてんばこめこカレー

の実施について

ごてんばコシヒカリの米粉を使用した「ごてんばこめこカレー」を、御殿場市内全学校で実施します。裏面の献立表をご確認ください。

また、その日のメニューは、食物アレルギーを持つ児童・生徒も同じ給食を味わってほしいとの思いから、アレルギー食品をなるべく含まないメニューを考えました。

献立表やアレルギー詳細献立表は、市のホームページでもご覧いただけます。

※普段、体調不良等で給食を停止している児童・生徒も日割り精算で食べることができます。

希望がある場合は学校を通じて担当の給食センターまでお知らせください。

夏休み 給食センター体験隊 参加者募集

普段入ることができない給食センターで、給食作りの疑似体験をしてみませんか？

日時：7月25日（木）午前9時半から11時半 会場：南学校給食センター

内容：【大釜の中身をかき混ぜてみよう】、【重いコンテナ動かせるかな？】など。

対象：市内の小学生を含むご家族、グループ

募集組数：15組（定員を超えた場合は抽選）

参加費：無料

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、タオル、室内用履物、飲み物

申し込み：7月1日（月）から8日（月）までに、「代表者氏名、参加者数（大人・子ども）、子どもの年齢

又は学年」をメールで、学校給食課（南学校給食センター）【kyushoku@city.gotemba.lg.jp】へ

〈問い合わせ：学校給食課 電話78-6689〉