

6月給食だより

令和6年(2024年)6月号
桜川市学校給食センター



梅雨に入り、蒸し暑くなる時期になりました。気温や湿度が上昇し、カビや食中毒が発生しやすくなります。食中毒予防の基本は手洗いです。せっけんで手をよく洗い、食品の衛生管理に十分気をつけましょう。また、十分な睡眠(休養)、栄養、水分の補給を心がけ、体調管理に努めましょう。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食べる力」＝「生きる力」を育みましょう

正しい食習慣を身に付けることは、健康な心身や、豊かな人間性を育ていくために必要です。子どもの頃の食習慣は、これから健康に生活していくための基盤となります。一度身に付いた習慣を、大人になってから改めることは難しいです。子どもたちの食育は、家庭・学校・地域が連携して進めることが大切です。ご理解・ご協力をお願いいたします。

食育とは…

- 生きる上での基本であって、“知育”、“徳育”および“体育”の基礎となるもの。
- さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と、「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

知育 徳育 体育

食育基本法より



こんなことも食育です

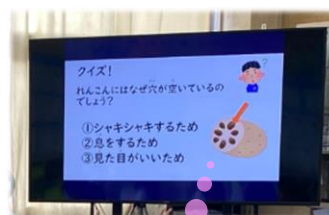
- *買い物や料理など、一緒に食事の支度をする
- *家族や仲間と楽しく食卓を囲む
- *地域の郷土料理や行事食を味わう



地産地消ウィークを実施します！

6月17日(月)～20日(木)の4日間は、地産地消ウィークです。この期間は、給食に桜川市産や茨城県産の食材を積極的に使用します。さらに期間中は毎日、食育動画の配信・栄養メモ(校内放送資料)を通じて、食育指導を行う予定となっております。

給食献立表には、行事食や食材の産地を記載しております。ご確認いただき、給食の献立や献立に取り入れられている地元の食材について、ご家庭で話題にしてみてください。



今回も、食材に関するクイズを実施予定です。お楽しみに…!

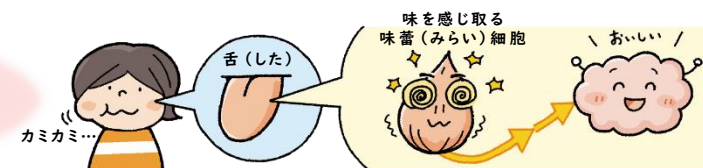


6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

食べ物を口に入れた後、あまりかまずに飲み込んでいませんか?よくかんで食べると、食べ物の味がよく分かって、おいしく感じられるだけでなく、肥満予防や虫歯予防に繋がるなど、体にとって嬉しいことがたくさんあります。

この1週間できっかけに、大切な歯についてぜひ話題にしてみてください。

よくかむことは
よく味わうこと



6月4日(火)は「カミカミ給食」です。一口30回をかむことを目標に、意識して食べましょう。

* カミカミ給食 メニュー *

ごはん 牛乳 黒ソイの西京焼き 切り昆布の煮物 豚汁 歯と口の健康週間ゼリー



学校給食の衛生管理



学校給食は、みなさんに安全安心な給食をお届けするため、「学校給食法」や「学校給食衛生管理基準」に沿って行っています。桜川市も、徹底した衛生管理のもと、施設、調理機器、服装、手洗い、食材の取り扱いなど、様々なことに注意を払っています。

清潔な服装

調理員さんは、調理着、マスク、帽子を着用しています。汚染防止のために、作業内容によって、調理着や手袋、履物などを使い分けています。



手洗いの徹底

作業前は、爪ブラシを使って、爪の間も念入りに洗います。作業中も、こまめに手洗いをしていきます。



適正な温度管理①

加熱した食材の中心部は、75℃で1分以上(二枚貝などは85℃以上で1分以上)になるようにしています。



適正な温度管理②

和え物などは、熱したのち冷却、30分以内に20℃付近(または60分以内に10℃)まで温度を下げます。



学校給食は 全て当日調理

前日調理は行いません。限られた時間のなかで、調理を行います。食材は果物などを除き、全て加熱しています。



定められた 時間内に喫食

適切な温度管理がされた給食は、“調理後2時間以内に喫食”するように努めています。

