



令和6年12月3日
さいたま市立城北小学校

お子さんと一緒にご覧ください

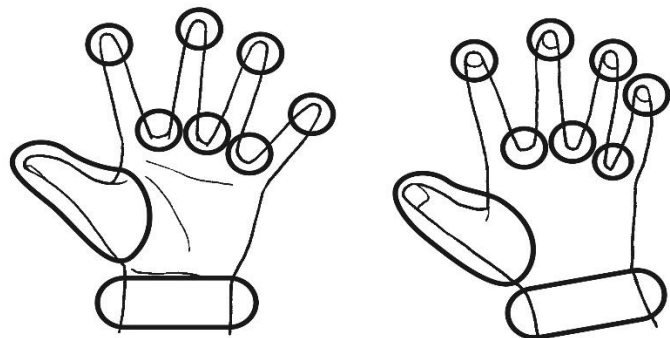
寒い日も 食事の前に石けんで手洗い

手は、汚れていないように見えても、細菌やウイルスなどがついてることがあります。これらが手についたまま食事をする、細菌やウイルスなどが体の中に入ってしまい、食中毒などを起こす原因になります。食事の前に、石けんを使っていないに手を洗うことで、食中毒の予防になります。冬場は水が冷たくても、しっかり手を洗うように心がけましょう。



©少年写真新聞社2024

洗い残しやすいところに注意しましょう



きれいに洗ったつもりでも、手に汚れが残っていることがあります。指先や爪、指と指の間、親指、手首などは洗い残しやすいところです。特に注意して洗うようにしましょう。また、爪は短く切っておくことや、手を洗ったら清潔なハンカチやタオルで拭くことも大切です。

©少年写真新聞社2024

食中毒の原因のひとつ ノロウイルス

手や指、食品などを介して感染し、おう吐や下痢、腹痛などを起こすウイルスです。ノロウイルスによる食中毒の予防には、石けんを使った手洗いと、食品を中心部まで加熱する(85~90℃で90秒間以上)ことが効果的です。



©少年写真新聞社2024

11月28日の給食室の様子♪

11月28日(木)はヨーロッパ野菜の「カーリーケール」を使ったキーマカレーを岩槻産のお米「彩のきずな(新米)」と給食室で手作りの福神漬けと一緒に食べました。デザートは1年生からのリクエストがあったプリンでした。



カーリーケールはベータカロテンをはじめビタミンE、Cなどを多く含んだ栄養価の高い緑黄色野菜です。カレーのルーは小麦粉、バター、サラダ油、カレー粉を合わせて、給食室で手作りしています。そして、ソースやしょうゆ、デミグラスソースなどたくさんの調味料を合わせて作りました。豚ひき肉と鶏ひき肉を使っているのと白花豆のペーストを使っているのがポイントです。



肉と野菜を炒めてコトコト煮てから最後にカレールーを入れていきます。



炊きたての岩槻でとれた「彩のきずな」を混ぜてから配缶します。



保護者の皆様へ

来年度、新たに学校給食における食物アレルギー対応の希望がございましたら、12月18日(水)までに養護教諭または栄養教諭まで、ご連絡ください。必要書類を準備していただき、面談を行います。

©少年写真新聞社2024