

6月給食だより



家庭数配布

令和3年5月26日
練馬区立中村西小学校
校長 瀧嶋 克己
栄養士 廣瀬 貴和

梅雨の季節、これから気温と湿度はますます高くなり、じめじめした日も多くなります。天候が不順で、人の体力が落ちる一方、細菌が活発に動く条件はそろってきます。食中毒予防の3原則「つけない」「ふやさない」「やっつける」の3つのポイントをしっかりおさえ、安心して食事ができるようにしましょう。

暑くて湿度の高い時期は、食中毒に注意!!

①つけない

- 料理をするときや食べる前には手をせっけんでていねいに洗う。



買った食材を、すぐ冷蔵庫にしまうだけで、食中毒のリスクが下がります。すすんでお手伝いをしましょう!

②ふやさない

- 料理を室温のまま長時間放置しない。

生温かい温度(35℃前後)は、細菌が増えやすい危険な温度です。

- 体の抵抗力を高める!



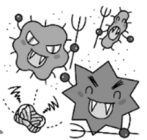
十分な睡眠 適度な運動
バランスの取れた食事

③やっつける

- 生で食べるもの以外は、十分に火を通してから食べる。(とくに肉の生焼けには注意が必要です)

※給食では、原則として、すべての食品を加熱します(中心部が75℃で1分以上)。ノロウイルス汚染のおそれがあるものは85~90℃で90秒以上。

細菌は温かくて、よごれていて、じめじめしていて、さらに食べ物栄養があるところが大好き!



献立紹介

6月9日(木) 回鍋肉丼、牛乳、たまごの中華スープ



6月9日は練馬区一斉給食の日です。練馬区は、東京都でキャベツの生産・出荷量が1位! そんな練馬産キャベツを使用した献立が練馬区の各校で一斉に実施されます。中村西小では大人からも子どもからも人気の回鍋肉丼で練馬産キャベツを約40kg使用します。

学校給食に地場産野菜を提供するのは、食事を楽しみながら『生きた教材』として活用できる大切な取り組みです。一年を通して大切に育ててくださった農家の方々、一生懸命おいしく作ってくれた調理員さんに感謝の気持ちを込めて、残さずに食べましょう!

6月のお誕生日給食は、6月18日(金)です

6月分の給食費は6月28日(月)に引落としされます。通帳残高をご確認ください

<ご注意> 学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日までの入金をお願いいたします。

なお、未納の状況に応じて、必要な法的措置をとる場合があります。



いつも給食へのご理解・ご協力ありがとうございます。
献立やアレルギー対応の件などお問い合わせの際は、
中村西小学校事務室 03-3990-4238 までご連絡ください。