

# 12月給食たより



令和2年12月号  
練馬区立上石神井小学校

食中毒は1年を通して発生し、冬は特にノロウイルスによる食中毒が多くなります。ノロウイルスは、カキなどの二枚貝が原因となるほか、調理する人から食品を介して感染する場合も多く、感染を広げないためには、しっかりと予防する必要があります。

## ノロウイルス食中毒予防の4原則

<p><b>「持ち込まない」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○感染しないよう、日ごろから手洗いや健康管理を心がける。</li> <li>○下痢や嘔吐などの症状がある場合は、調理をしない。</li> </ul>	<p><b>「広げない」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○トイレは定期的に清掃・消毒する。</li> <li>○嘔吐物などは塩素消毒液を用いて適切に処理する。</li> </ul>
<p><b>「付けない」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○調理や食事の前には、せっけんを使い、洗い残しのないように丁寧に洗う。</li> <li>○手を洗う時は指輪や腕時計などを外しておく。</li> </ul> <p>2度洗いが効果的。</p>	<p><b>「やっつける」</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○加熱が必要な食品は、中心部までしっかりと加熱する。</li> <li>○器具類は洗剤などで十分洗浄し、85℃以上の熱湯に1分以上つけるか、塩素消毒液に浸して消毒する。</li> </ul> <p>85~90℃、90秒以上</p> <p>ノロウイルスを死滅させるには、中心温度85~90℃、90秒以上が目安。</p>

### 11月に使用した主な食材の産地

食品	産地	食品	産地
	東京・群馬	キャベツ	練馬
牛乳	岩手・青森	しょうが	高知
	秋田・宮城	にんにく	青森
	北海道・山梨	かぼちゃ	北海道
米	青森	さつまいも	千葉
にんじん	北海道	白菜	茨城
玉ねぎ	北海道	いんげん	千葉
じゃがいも	北海道	長ネギ	山形
もやし	栃木	いか	ペルー
大根	千葉	みかん	愛媛
大根の葉	練馬	ブリ	岩手
小松菜	練馬	秋鮭	北海道
さといも	埼玉	鶏卵	群馬
きゅうり	群馬	鶏肉	宮崎
ピーマン	茨城	豚肉	千葉

### ☆今月の給食より☆

- 7日 「練馬大根」を使用した一斉給食です。練馬区内のすべての小中学校で練馬大根を使用した献立を提供します。人気の練馬スパゲティを作ります。
- 21日 冬至献立です。かぼちゃとゆずを使用した献立になっています。
- 25日 給食最終日は、スパイスの効いたフライドチキン、飲み物はミルクコーヒーです。



※今月の引き落とし日は、12月21日(月)となっております。手数料の10円も一緒に入金をお願いいたします。