



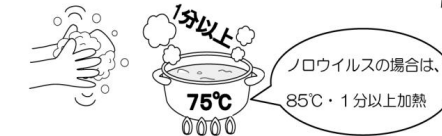
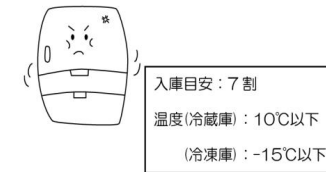
誓念寺こども園
誓念寺中野こども園

お知らせ

今年もだんだん夏が近づいてきました。暑い季節は楽しい行事がたくさんありますが、食事を作る側のお母さん方は、食中毒も心配になってくるのではないのでしょうか。そこで、今回は食中毒予防のポイントをお伝えします。食中毒の危険性はどこにでも潜んでいるので、家庭での注意点をチェックし、安全で楽しい食事になるようにしましょう。

食中毒予防の6つのポイント

- 1. 食品の購入**
 - ①食品や表示をチェック
 - ②肉や魚は包む
 - ③寄り道をしない
- 2. 家庭での保存**
 - ①帰ったらすぐに冷蔵庫・冷凍庫へ
 - ②肉や魚の汁に注意
→他の食品に汁がかからないように気をつける
- 3. 下準備**
 - ①器具を清潔に保つ
 - ②「肉・魚」と「野菜」は分けて管理
 - ③カット野菜も洗浄する
 - ④正しく解凍
→室温で解凍しない(菌増殖の原因に!)
- 4. 調理**
 - ①しっかりと手洗い
 - ②調理を中断するときは室温に放置しない
→一端冷蔵庫に入れる
 - ③しっかりと加熱
→中心まで熱を通し、菌を死滅させる
- 5. 食事**
 - ①食べる前にもしっかりと手洗い
 - ②室温に長時間放置しない
- 6. 残った食品**
 - ①小分け保存
→早く冷えるように
 - ②食べるときはしっかりと加熱
 - ③怪しいと思ったら思い切って捨てる



食中毒予防の三原則

- 食中毒菌を、
- ①付けない!
 - ②増やさない!
 - ③殺す!

日	曜日	行事	みんなのおかず	みんなのおやつ(午後)	3歳未満児(午前)
1	土	衣がえ なかよし広場(中)	ムーンライト,星食べよ,牛乳(誓) 手作りおやつ(中)		
2	日				
3	月		麻婆豆腐,青菜とコーンのゴマ和え,ミニトマト(1個)	バームクーヘン,ヨーグルト	オレンジ,星食べよ
4	火		とんかつ,小松菜とじゃこの炒め物,みそ汁(わかめ)	ホームパイ,	えびかきもち,ミレーフライ
5	水		焼きビーフン,コーン卵スープ	牛乳,蒸しパン	メロン,白い風船
6	木		カレーシチュー,ミニサラダ	するめ,甘辛せんべい	ポーロ,うすやきせんべい
7	金		ぎょうざのあんかけ,かぼちゃ煮,中華風スープ	サブシ,あられ	ロングサラダ,バナナ
8	土	父親参観日	源氏パイ,醤油せんべい,牛乳		
9	日				
10	月		煮込みうどん,10gチーズ,にんじんのきんぴら	おにぎり	あられ,バナナ
11	火		じゃがいものひじき煮,ハムサラダ	ぶどう,ソフトせんべい	ポーロ,のりあられ
12	水		ミートスパゲティ,わかめスープ	オレンジ,えびかきもち	ゼリー,リッツ
13	木		シュウマイ,かぼちゃそぼろ煮,ごま酢キャベツ	バナナ,白い風船	アパマンバ,塩せんべい
14	金	誕生会	炊き込みご飯,ミンチカツ,スパゲティサラダ,果物,おかし	パン,牛乳	オレンジ,ハイハイ
15	土	なかよし広場(誓)	手作りおやつ(誓) ムーンライト,星食べよ,牛乳(中)		
16	日				
17	月		焼きそば,卵スープ,ぶどう	ゼリー,ビスケット	あられ,ハーベスト
18	火		牛肉とじゃが芋の煮物,ブロッコリーとコーンのソテー,ミニトマト	バナナ,醤油せんべい	マリービス,ミニゼリー
19	水		ビーフンスープ,かぼちゃと卵のサラダ	アイスクリーム,がハス	ぶどう,うすやきせんべい
20	木	なかよし広場(中)	白身ワケツツアツかけ,ブロッコリーのごま和え,豆腐すまし汁	ヨーグルト,胚芽ビス	ムーンライト,あられ
21	金		コロケ(半分),冷ばん三すう,みそ汁(えのき)	ふかし芋	バナナ,星食べよ
22	土		クリームスティック,牛乳		
23	日	日曜子育て交流広場			
24	月		五目そうめん,がんもどきとこんにゃくの煮付	揚げ一番,ヨーグルト	オレンジ,塩せんべい
25	火		ハンバーグソース煮,粉ふき芋,きやべつのはりコンスープ	ゼリー,ぼたぼた焼き	きなこせんべい,揚げ一番
26	水		大豆の五目煮,ブロッコリーと卵のサラダ	メロン,白い風船	ハイハイ,オレンジ
27	木	なかよし広場(誓)	焼き魚(鮭),ポテトとコーンのミルク煮,みそ汁	プリン,ぱりんこ	あられ,エントリー
28	金		肉じゃが,わかめの酢の物,ゆで卵	エントリー,ロングサラダ	塩せんべい,ホームパイ
29	土	保育参観・講演会	ソフトクッキー,チーズおかき,りんごジュース		
30	日				

