

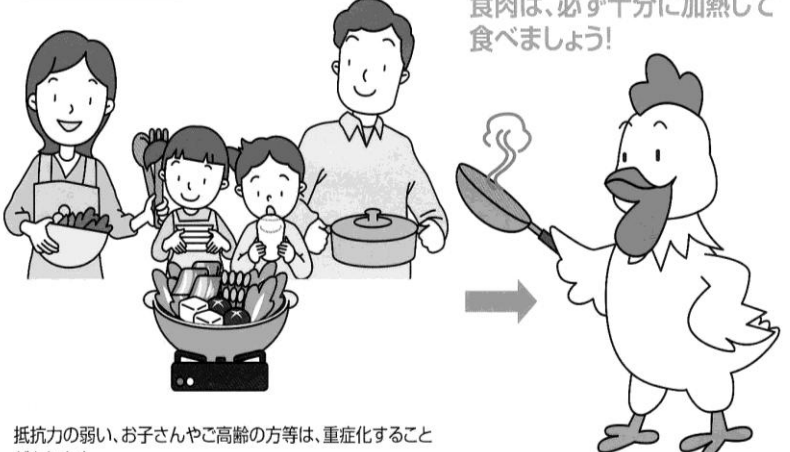


# 給食だより 5月号



平成 23 年 5 月 9 日  
戸塚第一小学校長 石井 卓之  
栄養士 相羽 真秀子

## ☆お肉の生食による食中毒が多発しています☆

原因は	予防は
 <p>レバ刺し</p> <p>鶏わさ、鶏刺し</p> <p>食肉(特に鶏肉)や、牛レバーを生で食べる料理が原因となっています。</p>	 <p>食肉は、必ず十分に加熱して食べましょう!</p> <p>抵抗力の弱い、お子さんや高齢の方等は、重症化することがあります。</p>

○原因は○ 食肉(特に鶏肉)や、牛レバーを生で食べる料理が原因となっています。

○予防は○ 食肉は、必ず十分に加熱して食べましょう!

抵抗力の弱い子どもや高齢者は、重症化することがあります。

食肉を生で、あるいはよく加熱をせずに食べることによる食中毒が多く発生しています。鮮度の良いお肉でも、菌が付いていることがあるので気をつけましょう。(馬の肉を除き、現状では、牛・豚・鶏の「生食用」食肉は流通していません。) 子どもには生食させないようにしましょう。

出典：新宿区食品衛生協会 食品衛生カレンダー2011/4



## ☆食事のあいさつをしましょう☆



給食のとき、当番が前に出て号令をかけ、大きな声で「いただきます」

と言っています。おうちでもきちんと挨拶をしていますか。それぞれの言葉には意味があります。言葉の意味を知れば、好き嫌いや、食べ残しも減ると思います。

「いただきます」には、食事にかかわる食材や調理してくれた人、料理などすべてに対して敬意を表す意味が込められています。

「ごちそうさま」には、食事のために大勢の人に走り回っていただいた感謝の意味が込められています。

## ☆ レシピ紹介 ～ドレッシング～ ☆

### ①スタンダードドレッシング

#### <材料(作りやすい分量)>

酢・・・ 10g  
砂糖・・・ 10g  
玉ねぎ・・・ 30g  
りんご・・・ 15g  
パプリカ(粉)・・・ 0.2g  
粉からし・・・ 0.2g  
塩・・・ 1.5g  
しょうゆ・・・ 30g

### ②中華風ドレッシング

#### <材料(作りやすい分量)>

酢・・・ 15g  
砂糖・・・ 5g  
玉ねぎ・・・ 20g  
しょうゆ・・・ 15g  
ごま油・・・ 20g

#### <作り方>

- 1 玉ねぎ・りんご、油と酢をミキサーにかける。
- 2 そのほかの調味料を鍋に入れ、1を加える。
- 3 加熱し、冷ます。

※ミキサーがなければ、すりおろした玉ねぎ・りんごと油と酢をホイッパーでよく混ぜてください。

#### ！ポイント！

すった玉ねぎやりんごを加えることで、時間がたってもあまり分離しないドレッシングができます。もちろん味も良くなります。



人気のじゃこサラダをおうちで作るには・・・

ちりめんじゃこと白ゴマをから煎りしてサラダにのせるだけです。ドレッシングは中華風がよく合います。

学校のサラダは衛生管理上、茹で野菜を使用しています。ビタミン類を補うために、おうちでは生野菜のサラダも食べるようにしてください。



#### <給食費の納入にご協力をお願いします>

給食費の口座振替は、毎月17日(休日の場合は翌営業日)に行います。再振替は27日です。