

給食室

より

いよいよ夏本番！食中毒に注意しましょう。 ～食品の扱い方について～

夏の暑い季節には、食中毒菌が発生・増殖しやすくなります。『菌をつけない・増やさない・やっつける』が基本です。ポイントを押さえて食中毒を起こさないように注意しましょう。

- * つけない…食品に菌をつけないためには手指の消毒、器具や容器の衛生を守りましょう。器具・容器は、食品についても大丈夫なアルコールで拭く、煮沸消毒をするなどです。髪の毛や爪などは見えない菌でいっぱいなので、食品を触る際には髪に触れないように気をつけ爪も短く切り清潔にしましょう。肉・魚などの器具（包丁やまな板など）と野菜・果物などの器具を分けられるとベストです。
- * 増やさない…注意をしてもついてもしまったら、体内で悪さをしないよう菌を増やさないことが大切です。肉・魚・乳製品などは適切な温度管理が重要です。保冷バッグを持って買い物に行き、購入したらなるべく早く冷蔵庫へ保管する。家庭で調理をしたら、使用した器具はすぐに消毒し菌の繁殖を防ぎましょう。
- * やっつける…体の中で悪さをしないよう、しっかりと加熱(85度で1分間)出来るものはし、やっつけましょう。加熱できない食品は、増やさないを徹底しましょう。

食中毒に注意して、楽しく夏を過ごしてください。

七夕を楽しもう 調理員：田野

今年は例年に比べ、遅い梅雨入りとなりました。そんな梅雨が明ければ夏到来です。7月7日は七夕です。今年は人気メニューのナポリタンの上に星形のハンバーグやチーズを乗せて見た目でも楽しめるような飾りつけをします。



今月のイチオシレシピ

手作り経口補水液

脱水症になりそうな時…手元に経口補水液がない！という時にすぐに作れる簡単レシピです。緊急時の為に頭に入れておくと良いと思います。保存はできないので、その日の緊急用としてご使用ください。

水(ミネラルウォーター)	500cc
レモン果汁	大さじ 1/2
砂糖	大さじ 2
食塩	2g

全てを溶けるまでよく混ぜる。

