

# 給食だより 7月



令和7年7月1日  
狭山市保育幼稚園課

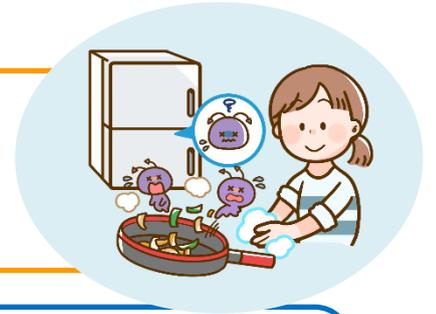
梅雨から夏場にかけては食中毒が発生しやすい時期です。保育所では十分な対策のもと、食中毒を予防し、安心安全な給食を提供してまいります。ご家庭でも食中毒予防を心がけて、おいしい食事を食べていきましょう。



## 食中毒予防の3原則

### 菌をつけない

- ★手洗いをしっかりおこなう
- ★調理器具・布巾は清潔にする
- ★食材は容器やラップを使って分けて保管をする



### 菌を増やさない

- ★調理後は室温に放置せず、すぐに食べる
- ★余った料理は速やかに冷蔵庫で保管し、早く食べきる
- ★冷蔵庫内の温度管理を適切にする  
(冷蔵庫 10℃以下、冷凍庫 -15℃以下)

### 殺菌する

- ★中心部までしっかり加熱をする  
(中心温度 75℃以上 1 分間以上を目安。  
ノロウイルス対策は 85℃以上 1 分間以上の加熱をする。)
- ★温め直しも十分に加熱をする  
(電子レンジでの加熱はムラのないよう時々かき混ぜておこなう。)



安心安全な食事を食べて

元気に過ごしていきましょう★



### みんなだいすき

《献立紹介》 ☆7月行事食献立☆

| 材料   | 子ども2人・大人2人分 |
|------|-------------|
| 米    | 1.5合        |
| コーン缶 | 50g         |
| 酒    | 23g         |
| 塩    | 1.5g        |

### とうもろこしごはん



- ①コーン缶の実と缶汁を分ける
- ②洗米し、コーン缶の缶汁(全量)、酒を加え、それから内釜の目安まで通常水量を加える
- ③塩を加え、混ぜ合わせる
- ④炊飯をする
- ⑤炊き上がったら、コーンの実を加えて混ぜ蒸らし出来上がり