

6月の食育目標 『衛生に気をつけて食事をしよう』

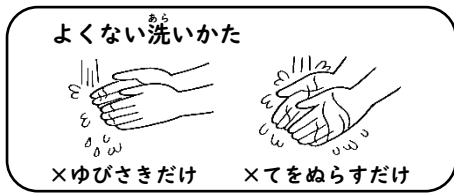
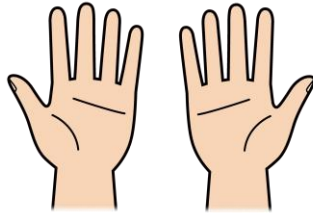


食事前の、いつもの手洗いを見直しましょう。

見えないよごれがねらっている！

手には目に見えないよごれのほかに、いろいろなばい菌がついています。

よごれやばい菌をおとすために、食事の前に石けんで手を洗うことが大切です。



よくない洗い方

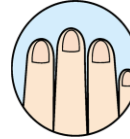


Xゆびさきだけ



Xてをぬらすだけ

- ① 石けんを使っていますか？
- ② 洗い残しているところはないですか？



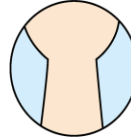
指先



指と指の間



親指



手首

※洗い残しやすいところは特に注意してください。

- ③ きれいなハンカチでふいていますか？

ていねいな手洗いを心がけましょう。



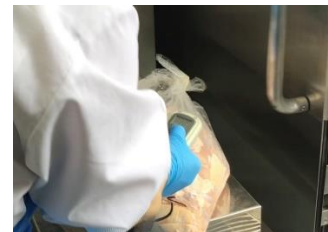
給食室での衛生管理を紹介します。



身支度を整えます。髪の毛が帽子からでないように気をつけます。その後、粘着テープや機械で、服や帽子のホコリなどをとりのぞきます。



つめブラシを使って、丁寧に手洗います。ペーパーで手の水気をふきとった後、アルコール消毒します。



食材が届いたら、温度を測ります。



食材の色や鮮度を確認します。



ひじき・わかめ・ほしいたけなどの乾物はトレイの上にひろげて、異物がないか時間をかけてチェックします。



生で食べる果物などを取り扱うときには、ビニール手袋をします。



料理にちゃんと火が通っているか、温度計で確認します。3か所以上で確認します。



作業によって、エプロンの色を変えています。
○調理→水色
○調理後→白色
○お肉→赤色
○魚→青色 ○卵→黄色
○アレルギー→オレンジ色

和え物の野菜は、ゆでて温度を上げます。真空冷却機という機械で、8℃まで温度を下げて和えます。



作ってみよう！給食レシピ いかのかりん揚げ

(材料 4人分)

- ・いか短冊切り 200g
- ・でんぶん 大さじ1
- ・小麦粉 大さじ1
- ・揚げ油
- ・砂糖 大さじ1
- ・こいくち醤油 小さじ2
- ・酒 小さじ1

(作り方)

- ①でんぶんと小麦粉を混ぜ合わせる。
- ②調味料を混ぜ合わせる。
- ③いかに①をまんべんなくからめ、170℃に熱した油で揚げる。
- ④③を②の調味料で和える。

6月7日(水)の給食に登場します

