

給食だより 7月

ジリジリとした日差しの日がだんだんと増え、蒸し暑い日が続くようになってきました。これから本格的な暑さ来る前に、暑さに負けない体をつくっておきましょう。また、食中毒が起こりやすい時期ですので衛生面・体調にも気をつけて行きましょう。

令和5年度 7月

～食中毒予防をしっかり行いましょう！～

細菌の活動しやすい「気温」と「湿度」が揃っているため、食中毒は6月～10月にかけて多く発生します。

ご家庭でも食べる前に必ず手を洗う、食品にはしっかり加熱する、調理後は、速やかに食べるようにこころがけましょう。



「菌をつけない」 … 手や調理器具・材料をしっかり洗う
 「増やさない」 … 調理したものはすぐに食べる
 「やっつける」 … しっかり加熱・殺菌する



～正しい手洗いの仕方～



- 1 流水で洗う
- 2 石けんを手にする
- 3 手のひら、指の腹面を洗う
- 4 手の甲、指の背を洗う
- 5 指の間(側面)、股、付け根を洗う
- 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
- 7 指先を洗う
- 8 手首を洗う(内側・側面・外側)

石けんで手を洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう！

暑い夏にぴったり！ 簡単果肉入りメロンアイス

【材料 6人分】

- メロン … 1/2 玉
- 生クリーム … 200ml
- 砂糖 … 大さじ 3
- 玉子 … 1 個
- 牛乳 … 50ml

【作り方】

1. 生クリームを泡立てる。途中で砂糖を加えさらに泡立てる。
2. 1に卵を加え軽く混ぜ合わせる
3. メロンの果肉をお好みの大きさに潰し、そこに 2 を加えてよく混ぜ合わせる。
4. 3 を冷凍庫に入れて 1～2 時間に 1 度まぜあわせ半日冷やし固める
5. 4 のアイスをお皿に盛り付けて完成！

*トッピングでフルーツを盛り付けるのもおすすめです！

