

給食だより

令和元年 6月6日
 文京区立小日向台町小学校
 校長 田中 純一
 栄養士 山口 絵子

雨の多い季節になりました。気温や湿度が高くなる梅雨時は、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が活発になります。食事や調理の前には石けんで手をきれいに洗い、料理を作ったら放置せず、早めに食べきるか、冷蔵庫などで衛生的に保存することが大切です。



せっけんで手をきれいに洗ったら、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。爪も短くしておきましょう。

食中毒予防の3原則

付けない

こまめな手洗い、調理器具や野菜などの洗浄。

増やさない

生鮮食品や調理済みの食品は冷蔵庫へ。

食中毒菌をやっつける

75℃ 1分以上
 中心部までしっかり加熱する。目安は75℃1分以上。ノロウイルス汚染の恐れのある二枚貝などは85～90℃90秒以上。

☆文京区和食の日を行います！

平成 25 年に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。文京区では、次世代を担う子供たちが伝統的な食文化である「和食」の良さを再認識し、和食の保護・継承と情報発信ができるように、学校給食において学期に 1 回「和食の日」の取り組みを行います。だしのうま味を生かし、旬の食材を活用した季節感ある給食を提供します。和食の特徴である一汁二菜～三菜を基本とし、日本の伝統食や郷土料理なども紹介していきます。和食の日に限り牛乳ではなくお茶を提供し、和食と日本茶のつながりを体感していきます。2 学期の新米のとれる時期は、文京区立小学校の移動教室で訪れる魚沼市の新米を味わい、収穫の喜びを分かち合います。



☆ハッピーランチについて

月に 1 回、ハッピーランチの日があります。ハッピーランチは献立表に載せていないので、子供たちは給食の時間まで分かりません。

給食室で型抜きした人参を、クラスの食缶に 1 つ入れています。自分の給食に型抜きした人参が入っていた人が、ハッピーな人です。

ハッピーな人は、後日、お昼の放送で発表されます。また、素敵なプレゼントをもらえます。子供たちにも、もうすっかりお馴染みになり、「今日はハッピーランチ？」と楽しみにしてくれています。

抹茶蒸しパン(10人分)

- 小麦粉 2 カップ (200g)
- ベーキングパウダー 小さじ 2 と 1/2
- 抹茶 大さじ 1/2
- バター 大さじ 2
- 卵 1 個
- 砂糖 1 カップ (100g)
- 牛乳 1/2 カップ (120g)
- 甘納豆 (小豆) 50g
- カップ 10 枚



- ①小麦粉～抹茶を合わせてふるう。
- ②バター～牛乳を混ぜて、①を加えてさっくり混ぜる。
- ③カップに流して甘納豆をのせ、15～20分蒸す。