

1月

給食だより



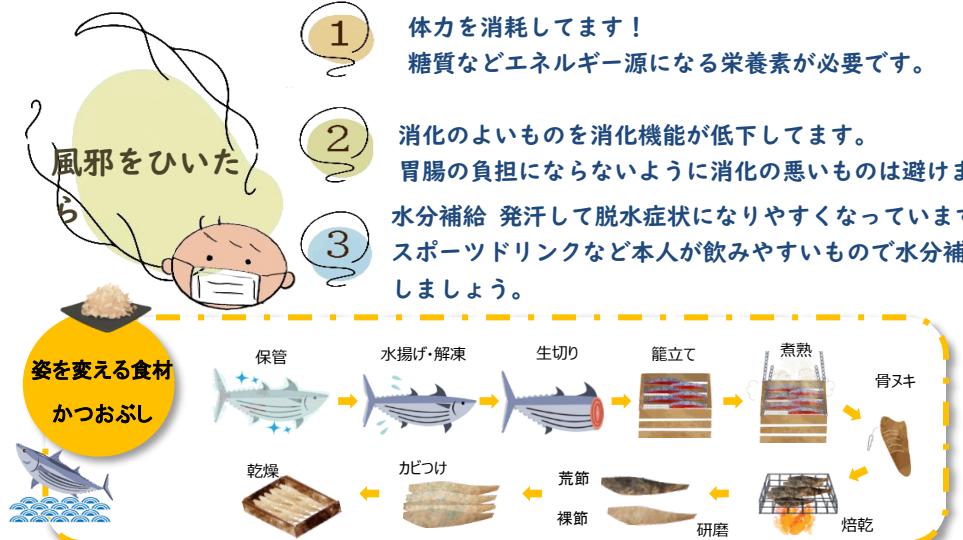
新年あけましておめでとうございます

今年も昨年同様、安全安心で美味しい給食の提供を目指し、職員一同力を合わせてまいりたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。

ノロウイルスにご用心！！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬場に流行します。ノロウイルスの治療薬はありません。そこで重要なのは、やはり日ごろの心がけです。感染しないために・・・

- ①調理、食事前、トイレの後には石鹼を使い、しっかり手洗いしましょう。
- ②牡蠣などの二枚貝は生食で食べるのを避け、十分に加熱してから食べましょう。果物や生野菜も、十分に流水で洗って食べましょう。
- ③食器や調理器具は使った後、よく洗いましょう。煮沸消毒や塩素消毒も効果的です。ノロウイルスにはアルコール消毒の効果はありません。

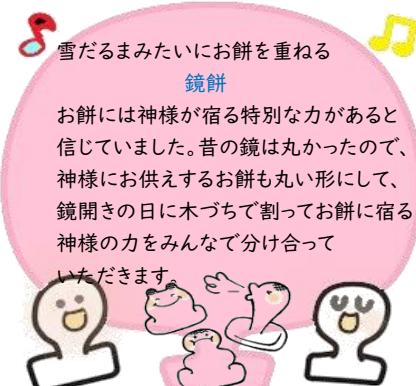


和食を知ろう～おせち料理～



日本各地で「文化」として色濃く残っているおせち料理。

地域ごとに様々な特徴がありますが、新年におせち料理を食べることで健康長寿を願う点は共通しています。重箱に彩りよく詰められた料理には、一つひとつに意味や願いがあります。
ぜひ、子供たちと一緒に食べながら伝えていきたいのですね。



春の7つの草を入れた「七草がゆ」

七草がゆには、無病息災や今年1年健康に過ごせますようにという願いも込められています。



①米を洗って鍋に入れ分量の水を入れ強火にかけます。

②すずしろ、すずなは一口に切って柔らかく茹で、他の葉物は水洗いしてさっと茹で1cmくらいに切ります。

③米が煮立ったら鍋底から一度かき混ぜ、蓋を少しづらして弱火で30分~40分位炊きます。

④お粥が出来たら塩を加えて、茹でておいた七草を入れ軽く混ぜて出来上がりです。