

6月30日(金)

卵を使った料理

給食には、今日の「かきたま汁」のほか、えんどうの卵とじ、卵豆腐、他人井、親子井、カツ井、お好み焼きなど、卵を使ったいろいろな料理が登場します。



クラフティやプリンなど、卵をつかったデザートも登場します。

「かきたま汁」は「卵」の個別対応献立です。

きょうのこんだて

ぶたにくとやさいのいためもの
かきたまじる
あつあげのみそだれかけ
ごはん
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、けいらん、あつあげ、あかみそ、だしこんぶ、けずりぶし、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さとう、サラダあぶら、でんぷん、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、キャベツ、しょうが、ピーマン、オクラ えのきたけ

クイズ22 ぶたにくの下味に使ったものは、つぎのうちどれでしょうか。
① 料理酒 ② しょうが汁 ③ にんにくのすりおろし

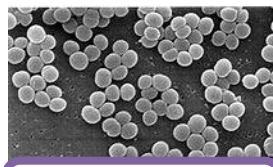
今週は「生活振り返り週間」です。

一口メモ

○今日も朝から雨が降ってジメジメとしています。この時期は、衛生に気をつけなければいけません。給食でも168人分の給食を作るので、衛生面に気をつけています。今日のかきたま汁に使用する鶏卵は、冷凍の液卵を使用しています。殺菌処理をしているので、食中毒菌のサルモネラ菌や黄色ブドウ球菌の心配がありません。



サルモネラ菌



黄色ブドウ球菌

○ご家庭でも食中毒に気をつけて調理等を行いましょう。基本は、手洗いです。食中毒予防の3原則は、「菌をつけない。増やさない。やっつける。」です。

1
つけない
清潔

食品に菌をつけないように清潔にしましょう。

2
増やさない
迅速/冷却

菌を増やさないように迅速な調理と冷却を心がけましょう。

3
やっつける
加熱

食品の中心温度を75度で1分以上加熱するようにしましょう。

ピーマン	高知県	たまねぎ	大阪府	オクラ	香川県
キャベツ	愛知県	しょうが	高知県	えのきたけ	長野県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ②