



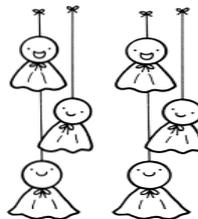
給食だより

令和4年度 6月号
ひので保育園

今年も梅雨の時期がやってきました。この時期は気温の変化も著しく、いつも元気な子ども達も体がだるく感じたり、食欲がなくなったりと体調を崩しやすい季節です。毎日を元気に過ごすためにも、日々の手洗い・うがいを心がけていきましょう。

食中毒に注意！！！！

食中毒は6月～10月にかけて多く発生します。
細菌の活動しやすい気温と温度がそろっているためです。
保育園でも細心の注意をはらって給食を提供しています。
ご家庭でも、食べる前に必ず手を洗い、しっかりと加熱し、速やかに食べましょう。



食中毒予防の三原則

- ①菌をつけない！ 手や調理器具、材料をしっかり洗う。
- ②菌を増やさない！ 調理したものはすぐ食べる。
- ③菌をやっつける！ しっかり加熱・殺菌する。

～梅雨時のお弁当作り～

食べ物が傷みやすくなるこの時期。お弁当作りの衛生管理には特に気をつけましょう

- ポイント① 食材には必ずしっかり火を通す
- ポイント② 水分や汁気のあるおかずは避ける
- ポイント③ 食材は冷ましてから詰める
- ポイント④ ご飯の上に梅干しやしそを載せると食中毒予防効果あり

月に一度の子どもたちが楽しみにしているお弁当日
このような点に注意して梅雨時でも安心なお弁当を作りましょう

