



給食だより

札幌市立厚別南中学校

2024.6.28 発行

本格的な夏がやってきました。熱中症のほかに、食中毒も発生しやすい季節です。体調管理や食べ物の扱いには充分注意し、元気に夏休みを迎えましょう。

夏場に多い細菌性の食中毒

今年初めての食中毒警報が6月12日に発令されました。気温や湿度が高く、食中毒が起きやすい気候条件と判断された場合に、保健所長が発令する警報です。食中毒の原因となる細菌は、肉・魚、いろいろなものを触る手、まな板やスポンジなど、至るところに存在している可能性があります。

◆◆◆食中毒予防の3原則◆◆◆

つけない



正しい手洗いは食中毒予防の第一歩です。石けんを使い、指と指の間、爪の間、手首をしっかりと洗いましょう。

増やさない



食中毒菌は時間とともに増殖します。調理した料理は長時間放置せず、なるべく早く食べたり、冷蔵庫で保管しましょう。

やっつける



食中毒菌の多くは、高温に弱いいため、加熱は効果的な殺菌方法です。焼き肉などは、中心まで火が通っているか確認し、生焼けに注意しましょう。

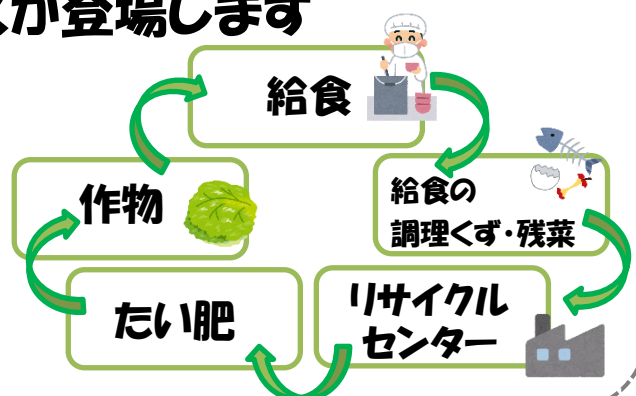
給食準備でできること

給食前には必ず手洗いをして、ハンカチで手を拭きましょう。ハンカチは毎日清潔なものに取り換えます。すばやく配膳して、できるだけ早く給食を食べ始めることも、食中毒予防として有効です。



フードリサイクルレタスが登場します

札幌市では、給食で出る野菜くずや食べ残しを再利用することで、ごみの削減に取り組んでいます。フードリサイクルで作られたたい肥で育ったレタスを使用して、**レタス入り焼き豚チャーハン**を提供します。提供日は**7月11日(木)**を予定しています。



7月予定献立

◆◆◆牛乳は毎日200mlつきます。物流の関係で献立を変更することがあります。◆◆◆

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
背割コッパ ベーコンシチュー 焼フランク(チリソース) あさりのスパゲティサラダ	カオ・ラートナー・ガイ 小松菜スープ パイン缶詰  タイのあんかけご飯です	ミートとズッキーニの パスタ フレンチポテト	とりめし さんまごまフライ 磯和え(小松菜・もやし)	ご飯 レバー入り 厚揚げのカレーソース ひじき春巻 ミニトマト
ベーコン・じゃがいも・ 玉ねぎ・人参・パセリ・ 小麦粉・バター・牛乳・ 豆乳・チーズ・オリーブ・ 鶏がらスープ/ポークウイ ンナー・玉ねぎ・トマト ビューレ/あさり・きゅう り・人参・白ごま	白飯・鶏肉・小麦粉・玉ね ぎ・ピーマン・赤ピーマン・ こねぎ・ナンブラー・オレ ソース・コンソメ・鶏がらス ープ/ベーコン・こまつな・緑 豆はるさめ・ホルン・鶏が らスープ・昆布・むろあじ り	ソフトパスタ・豚ひき肉・ 玉ねぎ・人参・大豆水煮・ マッシュルーム・セロリー・にん にく・ズッキーニ・小麦粉・ トマト缶詰・トマトピュー レ・デミグラスソース・鶏 がらスープ/冷凍フレンチ ポテト	米・おおむぎ・鶏がらス ープ・鶏肉・生姜・玉ねぎ/さ んま・生姜・小麦粉・全卵・ 白ごま・黒ごま・パン粉/こ まつな・もやし・切りのり	厚揚げ・豚ひき肉・豚レ バーチップ・人参・玉ね ぎ・さやいんげん・生 姜・にんにく・カレール ウ・小麦粉・ケチャッ プ・鶏がらスープ
8	9	10	11	12
ツイストパン キャロットポタージュ チキンナゲット コールスローサラダ	豚すき丼 味噌汁(小松菜・厚揚げ) 冷凍みかん	冷麦 鶏肉とポテトのソテー 黄桃缶	レタス入り焼豚チャーハン 南瓜コロッケ もやしのカレー和え  フードサイクルタマシ	ご飯 豆腐のトロトロ煮 揚げえびシウマイ ナムル
ベーコン・玉ねぎ・人 参・じゃがいも・パセ リ・小麦粉・バター・チ ーズ・オリーブ・牛乳・豆 乳・鶏がらスープ/キャベ ツ・人参・ホルン	白飯・豚肉・しらたき・ 玉ねぎ・たけのこ・たま ぎたけ・ほうれんそう/厚 揚げ・こまつな・むろあ じ・昆布	ソフト冷麦・油揚げ・干 しいたけ・ほうれんそ う・長ねぎ・むろあじ・ 宗田・昆布・鶏肉・生姜・ じゃがいも・ピーマン	米・おおむぎ・豚肉・長 ねぎ・生姜・にんにく・ 人参・玉ねぎ・ホルン・ 干しいたけ・レタス/もや し・緑豆はるさめ・きゅ うり・人参	豆腐・鶏ひき肉・こまつ な・長ねぎ・人参・生 姜・にんにく・鶏がらス ープ/ハム・ほうれんそ う・もやし・人参・白ご ま
15	16	17	18	19
 海の日	キーマカレー 切り干し大根のサラダ	ピリカラ冷やしラーメン きなこポテト すいか  スペインの料理です	パエリア チーズフォンデュサンドコロッケ フルーツカクテル	ご飯 さつま汁  揚げいわしハンバーグ からし和え (ほうれんそう・もやし)
	白飯・豚ひき肉・玉ね ぎ・人参・セロリー・生 姜・にんにく・大豆水 煮・パセリ・レーズン・ 小麦粉・トマト缶詰/切り 干し大根・まぐろ水煮・ 人参・もやし・きゅう り・白ごま	ソフトラーメン・ハム・人 参・きゅうり・ホルン・白 すりごま・玉ねぎ・生姜・ にんにく・むろあじ・昆布 /冷凍フレンチポテト・き な粉	米・おおむぎ・鶏肉・え び・あさり・いか・玉ね ぎ・人参・トマト缶詰・ 赤ピーマン・ピーマン・ にんにく・パプリカ/みか ん缶・パイン缶・黄桃 缶・なし缶・なつみかん 缶・りんごジュース	豚肉・さつまいも・豆 腐・板こんにゃく・人 参・だいこん・ごぼう・ 長ねぎ・生姜・むろあ じ・宗田・昆布/ハム・ほ うれんそう・もやし
22	23	24	25 終業式	26~ 夏休み
ロールパン ミートパスタグラタン ほうれん草としめじのサラダ パイン缶詰	ご飯 ジンギスカン  ししゃものから揚げ ミニトマト	冷やしたぬきうどん (えび入り) ごまだんご 黄桃缶	清田区産 ポースターほうれん草 清涼な気候のため、甘みが強くえぐみ が少ないほうれん草が育ちます。 7月19日(金)提供のからし和えに 使用予定です。お楽しみに！  清田ポースターキャラクター ポーラちゃん	
マカロニ・豚ひき肉・生 姜・にんにく・玉ねぎ・ 人参・マッシュルーム・セロリ ー・小麦粉・バター・チ ーズ・トマト缶詰・鶏が らスープ・チーズ・パン 粉・パセリ/ハム・ほうれ んそう・ホルン・ぶなし めじ・白ごま	羊肉・生姜・にんにく・ 玉ねぎ・もやし・ピーマ ン・キャベツ・人参・り んご/カラフトししゃも・ 小麦粉	ソフトめん・あさり・か たくちいわし・さくらえ び・人参・しゅんぎく・ ごぼう・切り干し大根・ ひじき・小麦粉・全卵・ つと・ほうれんそう・長 ねぎ・干しいたけ・むろ あじ・宗田・昆布/白玉 ち・黒すりごま		

給食で使用する食材について

- 天候など、都合により食材変更することがありますので、ご了承ください。
- 塩わかめや魚介類などの海産物には、小さな「えび」や「かに」、貝殻が混入している場合があります。食物アレルギーのある方は、十分にご注意ください。