

# きゅうしょくだより 7月



札幌市立発寒東小学校 札幌市立発寒南小学校 令和8年6月30日発行

つく お ひょうり

ちゅうい

## 「作り置き料理」の食中毒にご注意ください



高温多湿の、食中毒菌の増えやすい季節になりました。食中毒予防に加熱は大切ですが、「加熱をすれば安全！」というわけでもありません。作り置きをする場合は、調理や保管のときに注意が必要です。





例えば、チャーハンやスパゲティ・焼きそばなどの米やめん料理は「セレウス菌」食中毒、カレーなどの煮込み料理は「ウェルシュ菌」食中毒が多く発生しています。どちらも、熱に強い形に変化できる菌が原因です。

熱に強い！



### セレウス・ウェルシュ菌 食中毒を防ぐポイント



<p>手・食材・器具はよく洗う。</p> <p>かきまぜながら食材の中心部までしっかり加熱する。</p> 	<p>調理後は室温に放置せず、なるべく早めになるべく早めに食べきる。</p> 
<p>料理は小分けにして冷まし、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。</p> 	<p>料理をもち歩く場合は、保冷剤や保冷バッグを使い、涼しい所で保管する。</p> 

## 夏は、ペットボトルの飲み残しに注意！

### ～ペットボトルの中で、菌が増えていく！～

ペットボトルに直接、口をつけて飲むと、口の中や口に残った食べ物から、いろいろな菌がペットボトルの中に入ります。ふたを開けたときに、空気の中の菌が入ることもあります。

菌はあたたかい温度が好きで、飲み物を栄養にしてどんどん増えていきます。



飲み残したときは冷蔵庫で保管し、早めに飲みきるようにしましょう！

# 7月のよていこんだて

★牛乳は、毎日200mL つきます。  
 ★給食で使用する主な食材を載せています。( / は献立の区切りです。)  
 ★果物などの使用食材は、収穫状況等により変更する場合があります。

月(げつ)	火(か)	水(すい)	木(もく)	金(きん)
<p>なつやす 夏休みも、ぎゅうにゅうの牛乳を飲モ～!</p>		<p><b>1日</b>                  たきこみなり                  ほっけフライ                  からしあえ</p> <p>はいが米・大麦・油あげ・にんじん・ひじき・しいたけ・さとう・ごま/ほっけ・小麦粉・卵・パン粉・油/キャベツ・こまつな・ハム</p>	<p><b>2日</b>                  ごはん                  スンドゥブチゲ                  ししゃものからあげ                  ナムル</p> <p>ごはん/とうふ・ぶた肉・玉ねぎ・にんじん・にら・えのきたけ・あさり/子持ちカラフトししゃも・小麦粉・油/もやし・ほうれん草・にんじん</p>	<p><b>3日</b>                  ハンバーガー                  コーンポタージュ                  くだもの</p> <p>横割バンズパン・ハンバーグ(牛肉・玉ねぎ・ぶたレバー・ぶた肉)・油/玉ねぎ・コーン・じゃがいも・にんじん・ベーコン・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・小麦粉・バター・油/(メロン)</p>
<p><b>6日</b>                  ごはん                  ジンギスカン                  ポークシュウマイ                  たたききゅうり</p> <p>ごはん/玉ねぎ・ラム肉・もやし・じゃがいも・キャベツ・ピーマン・りんご・油/ポークシュウマイ・油/きゅうり</p>	<p><b>7日</b>                  スパゲティ                  ミートソース                  しろはなまめ                  白花豆コロッケ</p> <p>スパゲティ・玉ねぎ・にんじん・ぶた肉・トマト・マッシュルーム・大豆・セロリ・小麦粉・油/白花豆コロッケ・油</p>	<p><b>8日</b>                  ひじきごはん                  みそしる                  メンチカツ</p> <p>はいが米・大麦・ひじき・しらたき・にんじん・油あげ・とり肉/こうやどうふ・こまつな・みそ/鉄カルシウム強化メンチカツ(ぶた肉・玉ねぎ)・油</p>	<p><b>9日</b>                  ごはん                  マーボーどうふ                  はるまき                  おひたし</p> <p>ごはん/とうふ・ぶた肉・にんじん・ねぎ・しいたけ・みそ/鉄強化はるまき(野菜・ぶた肉・ひじき)・油/もやし・こまつな・かつおぶし</p>	<p><b>10日</b>                  黒コッペパン                  ベーコンシチュー                  もやしのごまサラダ                  くだもの</p> <p>黒コッペパン/玉ねぎ・じゃがいも・にんじん・ベーコン・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・小麦粉・バター・油/もやし・ほうれん草・にんじん・コーン・ごま/(れいとうみかん)</p>
<p>ほっかいどうあじ                  北海道味めぐり(ジンギスカン)</p>				
<p><b>13日</b>                  カレーライス                  こまつなとベーコンの                  サラダ</p> <p>ごはん・玉ねぎ・じゃがいも・にんじん・ぶた肉・セロリ・りんご・小麦粉・油・カレールー/こまつな・もやし・ベーコン</p>	<p><b>14日</b>                  ビリカラひやしラーメン                  きなこポテト                  くだもの</p> <p>ゆでラーメン・きゅうり・ハム・にんじん・コーン・玉ねぎ・さとう・みそ・ごま・しょうが・にんにく/冷凍フレンチポテト・油・さとう・きなこ/(もものかんづめ)</p>	<p><b>15日</b>                  こまつなピラフ                  いわしのカリカリフライ                  あさりの                  スパゲティサラダ</p> <p>はいが米・大麦・玉ねぎ・こまつな・にんじん・コーン・ベーコン・バター/いわしフライ・油/スパゲティ・あさり・きゅうり・にんじん</p>	<p><b>16日</b>                  とりてんどん                  みそしる                  いそあえ</p> <p>ごはん・とり肉・小麦粉・卵・油/じゃがいも・玉ねぎ・わかめ・みそ/もやし・こまつな・のり</p>	<p><b>17日</b>                  ロールパン                  カレーポトフ                  たこやき風てんぷら                  すだちゼリー</p> <p>ロールパン/大根・じゃがいも・にんじん・こんにやく・ぶた肉・うずら卵・さやいんげん/とうふ入りかまぼこ・小麦粉・卵・油/すだちゼリー</p>
	<p>ねん しゅうがくりょこう                  6年 修学旅行</p>	<p>ねん しゅうがくりょこう                  6年 修学旅行</p>	<p>ねん きゅうぎょうび                  6年 休業日</p>	
<p><b>20日</b>                  うみひ                  海の日</p>	<p><b>21日</b>                  ひやむぎ                  フレンチポテト                  くだもの</p> <p>ゆで冷麦・きゅうり・油あげ・ねぎ・かまぼこ・しいたけ/冷凍フレンチポテト・油/(メロン)</p>	<p><b>22日</b>                  レタス入り                  やきぶたチャーハン                  だいず入りカレーコロッケ                  くだもの</p> <p>はいが米・大麦・ぶた肉・レタス・玉ねぎ・にんじん・コーン・しいたけ・ねぎ・油/コロッケ(じゃがいも・大豆)・油/(パインかんづめ)</p>	<p><b>23日</b>                  ごはん                  とうふのカレーソース                  ぎょうざ                  ミニトマト</p> <p>ごはん/とうふ・玉ねぎ・にんじん・ぶた肉・小麦粉・油・りんご/ぎょうざ(ぶた肉・野菜・とり肉)・油/ミニトマト</p>	<p><b>24日</b>                  せわりコッペ                  キャロットポタージュ                  チキンナゲット                  くだもの</p> <p>背割コッペパン/玉ねぎ・にんじん・じゃがいも・ベーコン・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・小麦粉・バター・油/鉄強化チキンナゲット・油/(れいとうみかん)</p>
<p>★7月最終週は、食中毒リスクの高い和え物等を避けるなど、衛生管理を特に重視した献立となっています。</p>		<p>きゅうり                  フードリサイクル給食(レタス)</p>		<p>しゅうぎょうしき                  終業式</p>

【いわしカリカリフライ】内臓は除いてありますが、魚卵混入の可能性がります。