

給食だよい



令和7年（2025年）12月25日

札幌市立新琴似中学校

札幌市立新川西中学校

* ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう！ *

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、1年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。ノロウイルスは人の手指や食品などを介して感染、腸管内で増殖し、腹痛や下痢、嘔吐などの症状を引き起します。健康な人なら1～2日で回復しますが、小さい子どもやお年寄りでは重症化することもあり注意が必要です。自分だけでなく、周りの方々と一緒に予防ていきましょう。

手洗いは念入りに行いましょう



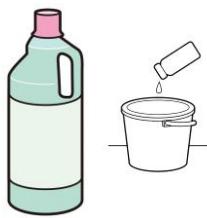
手は色々な所をさわり、見えない菌で汚れています。調理前やトイレ後は特に、石けんを使ってしっかり洗いましょう。

食品は十分に加熱をしましょう



中心温度が85～90℃で1分半以上加熱されるとウイルスが失活化されると言われています。表面だけでなく、中まで火を通すようにしましょう。

消毒は次亜塩素酸ナトリウムで行いましょう



ノロウイルスにはアルコールは効果がありません。次亜塩素酸ナトリウムを正しい希釈で用いましょう。

ノロウイルスは、感染していても症状が発症しない場合があります（不顕性感染）。

日頃から体調管理に気を使い、もしも感染が疑われた場合は、すみやかに受診しましょう。



参考：厚生労働省 ノロウイルスに関するQ&A

学校給食の衛生管理

学校給食をつくる時は、食中毒防止のために、衛生管理を徹底して行っています。清潔な施設、調理機器、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意を払っています。

清潔な服装

調理員は、せきから飛び出る液や髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理衣などを着用しています。



手洗いの徹底

作業前は、個人専用のつめブラシなどを使ってつめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使いわけ

汚染防止のために、作業の内容によって、エプロンや手袋、履物などを使いわけています。



適切な温度管理

加熱する食品は、中心部が75℃で1分間以上（二枚貝などは85～90℃で90秒間以上）になるようにしています。





1月の予定献立



月	火	水	木	金
	旬のおいしい果物 愛媛県産「天草」 果汁がたっぷりジューシーで、とろけるような柔らかい果肉が特徴の柑橘です。食感が柔らかで酸味が少ないため、まろやかで濃厚な甘みが感じられます。		15日 広東メン 大学芋 みかん 新琴似中 給食なし	16日 鶏ごぼうごはん かぼちゃのチーズフライ からし和え 新琴似中 2年1~3組 スキー学習
19日 カレーライス ほうれん草とベーコンのサラダ パイン缶 新琴似中 2年4~5組 スキー学習	20日 揚げパン ワンタンスープ 小松菜サラダ いちごのデザート 新琴似中 1年1~3組 スキー学習	21日 白飯 白玉汁 ぶりの味噌照り焼き 紅白なます	22日 味噌うどん チーズファンデュサンドコロッケ 天草	23日 コーンピラフ 高野豆腐のフライ 黄桃缶 新琴似中 1年4~6組 スキー学習
白飯・豚肉・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・セリ・りんご・しょうが・にんにく、	ソトフライス/ワタリ・豚肉・人参・ほうれん草・もやし・メマ・ねぎ・しょうが・にんにく・スープ(鳥がら・豚骨・昆布・煮干・玉ねぎ・人参) /ハム・緑豆春雨・ひじき・小松菜・ごま油/いちご・ゲル化剤	白飯/白玉もち・鶏肉・つと・凍り豆腐・人参・ほうれん草・大根・ごぼう・ねぎ・干しいたけ・だし汁(むろあじ・昆布・宗田)/ぶり・しょうが・ごま/大根・人参	ソトめん・鶏肉・しょうが・にんにく・ごま油・ごま・油揚げ・つと・干しいたけ・ほうれん草・ねぎ・だし汁(むろあじ・昆布)/ばれいしょ・チーズフード・脱脂粉乳・パン粉・小麦粉・米粉・大豆タンパク	胚芽精米・大麦・バター・パーコソ・玉ねぎ・人参・コーン・マッシュルーム・パセリ/凍り豆腐・加レ粉・小麦粉・ごま・全卵・パン粉・ごま
26日 白飯 マーぼー豆腐 揚げぎょうざ ナムル 新琴似中 2年1~3組 スキー学習	27日 横割パンズ ベーコンシチュー 豆腐ハンバーグ (照り焼きソース) スライスチーズ りんご	28日 白飯 肉片湯 ししゃものカレー天ぷら のりとあさりの佃煮	29日 パスタシーフードトマトリース 厚揚げサラダ みかんゼリー	30日 焼豚チャーハン 星のコロッケ ヨーグルト和え
白飯・豆腐・豚肉・しょうが・にんにく・にんじん・ねぎ・干しいたけ・オタマソース・ごま油・トウガラシ・パン・片栗粉/豚肉・キャベツ・小麦粉・玉ねぎ・鶏肉・パン粉・小麦タバコ・しょうが/ハム・小松菜・もやし・人参・トウガラシ・パン・ごま	横割パンズ/パーコソ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・バゲット・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・ズブローニ・鶏がらスープ/カラフトししゃも・小麦粉・全卵・加レ粉/あさり・しょうが・のり・ひじき・水あめ	白飯/豚肉・しょうが・片栗粉・人参・白菜・干しいたけ・たけのこ・ほうれん草・ねぎ・ごま油・鶏がらスープ/カラフトししゃも・小麦粉・全卵・加レ粉/あさり・しょうが・のり・ひじき・水あめ	ソトパスタ・パーコソ・えび・いか・あさり・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・セリ・にんにく・パセリ・小麦粉・加レ粉・ケチャップ・トマトピューレ・ウスターソース・中濃ソース・鶏がらスープ/厚揚げ・しょうが・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・ごま油・ごま/みかん果汁・ゲル化剤	胚芽精米・大麦・豚肉・ねぎ・しょうが・にんにく・人参・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・グリーン・スープ・ごま油/ばれいしょ・玉ねぎ・鶏肉・豚肉・豚脂・パン粉・小麦粉・缶詰(みかん・パン・黄桃・なし)ヨーグルト

- 牛乳は毎日 200ml つきます。
- 献立の下に、使用している主な食材を記載しています。(調味料等を除く)「/」は献立の区切りです。
- ししゃもやしらす干しなどの小魚、わかめ等の海産物には甲殻類が混入している場合があります。
- 子持ちししゃもを使用しています。また、かれい唐揚げ・いわしのカリカリフライは製造段階で、内臓と魚卵を取り除いたものを使用いたしますが、業者によりますと、混入する場合があるとのことです。
- 野菜や果物については、収穫状況等により変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

冬休み中も早寝早起き朝ごはん！



朝起きて、朝ごはんをしっかりと食べることは、自律神経が整うことで心身の疲労感を軽減することにつながります。

冬は日の出が遅く、明るくなるのが夏に比べて遅くなる分、朝起きるのが大変かもしれませんのが頑張って起きて良い1日を過ごしましょう！

