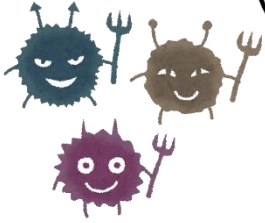


7月

## 給食だより



## 食中毒にご注意を!

## 夏場に多い細菌性の食中毒

食中毒の原因となる細菌は、肉や魚、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。家庭での食中毒予防は、そのような食中毒の原因菌を食品の購入から調理して食べるまでの過程で、「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが重要です。



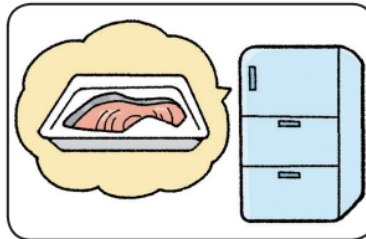
## ◆◆◆食中毒予防の3原則◆◆◆

つけない



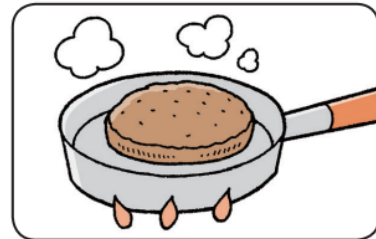
手には雑菌がついています。石けんでしっかり手洗いをしましょう。

増やさない



食品の購入後はできるだけ早く冷蔵庫に入れ、早めに食べきりましょう。

やっつける



加熱は効果的な殺菌方法です。特に、肉は中心までよく加熱しましょう。



## 札幌産野菜を食べよう!第2弾

今回は、新琴似「farm MURATA」さんの「ズッキーニ」を使用して「ミートとズッキーニのパスタ」を提供します。当日は、ズッキーニに関する動画や資料を見て、自分たちが暮らしている身近な地域で作られている作物や生産者の思いについて学びます。プリントを持ち帰りますので、ご家庭でもぜひ話題にしてください。



# 7月の献立表

\*牛乳は毎日200mLが1個つきます。  
 \*価格や市場への入荷状況により野菜や果物が変更になる場合もありますのでご了承ください。  
 \*下段は主に使用している食材を表示しています。  
 \*調味料類は省略しています。  
 \*海藻・小魚にはえび・かになどの稚魚などが混じることがあります。

月	火	水	木	金
		<b>1</b> 5年生給食なし <b>チキンカレーライス</b> <b>大根サラダ</b> ご飯・鶏肉・ワイン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・油・小麦粉・カレールウ・カレー粉・ソース(ウスター、中濃)・ケチャップ・鶏がらスープ/大根・まぐろ水煮・きゅうり・人参・ごま・ごま油・酢	<b>2</b> 5年生給食なし <b>黒コッペパン</b> <b>あさりのチャウダー</b> <b>コールスローサラダ</b> <b>プラム</b> 黒コッペパン/あさり・ワイン・ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・鶏がらスープ/キャベツ・人参・ホールコーン・酢・油/プラム	<b>3</b> 5年生給食なし <b>ごはん</b> <b>みそけんちん汁</b> <b>揚げいわしハンバーグ</b> <b>のりの佃煮</b> ご飯/鶏肉・酒・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・油/いわしハンバーグ・油/もみのり・ひじき・酒・水飴
	<b>6</b> <b>冷麦</b> <b>フレンチポテト</b> <b>ずいか</b> ソフト冷麦・油揚げ・干しいたけ・酒・つと・きゅうり・長ねぎ・酢/フレンチポテト・油/ずいか	<b>7</b> <b>ひじきごはん</b> <b>みそ汁</b> <b>メンチカツ</b> 米・大麦・酒・鶏肉・ひじき・油揚げ・白滝・人参・グリーンピース・油/凍り豆腐・小松菜/メンチカツ・油	<b>8</b> <b>ごはん</b> <b>豆腐のカレーソース</b> <b>揚げぎょうざ</b> <b>たたききゅうり</b> ご飯/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・グリーンピース・りんご・油・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・中濃ソース・ワイン・鶏がらスープ/ぎょうざ・油/きゅうり・ごま油・ごま	<b>9</b> <b>コッペパン</b> <b>ベーコンシチュー</b> <b>もやしのごまサラダ</b> <b>冷凍みかん</b> コッペパン/ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・ワイン・鶏がらスープ/ほうれん草・もやし・ホールコーン・人参・酢・酒・豆板醤・ごま/冷凍みかん
<b>13</b> <b>ミートとズッキーニの Pasta</b> <b>人参とコーンのサラダ</b> 	<b>14</b> <b>レタス入り焼豚チャーハン</b> <b>白花豆コロッケ</b> <b>黄桃缶</b> 	<b>15</b> <b>ごはん</b> <b>さつまい</b> <b>汁</b> <b>シュウマイフリッター</b> <b>しょうが和え</b> ご飯/鶏肉・酒・さつまいも・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・油/ポークシュウマイ・小麦粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・油/小松菜・もやし・生姜・酒	<b>16</b> <b>せわりコッペパン</b> <b>キャロットポタージュ</b> <b>セルフドック(ウインナー)</b> <b>パイン缶</b> 背割りコッペパン/ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ・小麦粉・バター・油・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・ワイン・鶏がらスープ/チキンウインナー・ケチャップ・ウスターソース・ワイン/パイン缶	<b>17</b> <b>ごはん</b> <b>小松菜スープ</b> <b>ひじき春巻</b> <b>マーボーなす</b> ご飯/ベーコン・小松菜・緑豆春雨・ホールコーン・酒・鶏がらスープ/ひじき春巻 Fe・油/なす・油・豚肉・人参・長ねぎ・干しいたけ・生姜・にんにく・酒・片栗粉・豆板醤
<b>20</b> <b>海の日</b> 	<b>21</b> <b>ほうれん草ピラフ</b> <b>チキンナゲット</b> <b>フルーツミックス</b> 米・大麦・バター・ワイン・ベーコン・人参・玉ねぎ・にんにく・ホールコーン・油・ほうれん草/チキンナゲット・油/果物缶詰(みかん、パイン、黄桃、梨)	<b>22</b> <b>ポークカレーライス</b> <b>小松菜とベーコンのサラダ</b> ご飯・豚肉・ワイン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・油・小麦粉・カレールウ・カレー粉・ソース(ウスター、中濃)・ケチャップ・鶏がらスープ/ベーコン・小松菜・もやし・酢・油・ごま	<b>23</b> <b>よこわりバンズ</b> <b>ポテトスープ</b> <b>釧路産たらフライ</b> <b>(ソース)</b> <b>アイスクリーム</b> 横割バンズ/ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・パセリ・ワイン・鶏がらスープ/釧路産たらフライ・ケチャップ・ウスターソース・からし・ワイン/アイスクリーム	<b>24</b> <b>スタミナ丼</b> <b>みそ汁</b> <b>冷凍みかん</b> ご飯・豚肉・メンマ・人参・油・もやし・にら・玉ねぎ・りんご・ウスターソース・生姜・にんにく・豆板醤・片栗粉・ごま油・ごま/大根・油揚げ/冷凍みかん

し っ か り 食 べ て  
 夏 ば て 予 防 !

