

給食だより

令和8年7月号 東保育園



食中毒とは？

食中毒は細菌やウイルス、毒素が食品といっしょに体内に侵入し、腹痛、下痢、発熱、などの症状を起こすことをいいます。乳幼児は抵抗力が弱く、重症化することもあります。食中毒の主な原因となる細菌は、「じめじめ」した梅雨や気温の高い夏に増殖しやすいので、この時期は特に注意が必要です。

家庭での食中毒対策

- ①食品は新鮮なものを選ぶ。
- ②肉や魚は汁がもれないよう、購入時に個別にビニール袋にいれるにいれ、冷蔵庫に入れる。
- ③冷凍食品は室温での解凍は避け、電子レンジや冷蔵庫で解凍をする。
- ④まな板と包丁は、「生肉・加熱用鮮魚など加熱する食材用」と、「サラダ用野菜や調理済み食品など加熱しないで食べる食材用」の2つを用意する。
- ⑤電子レンジを使用するときは均一に加熱する。

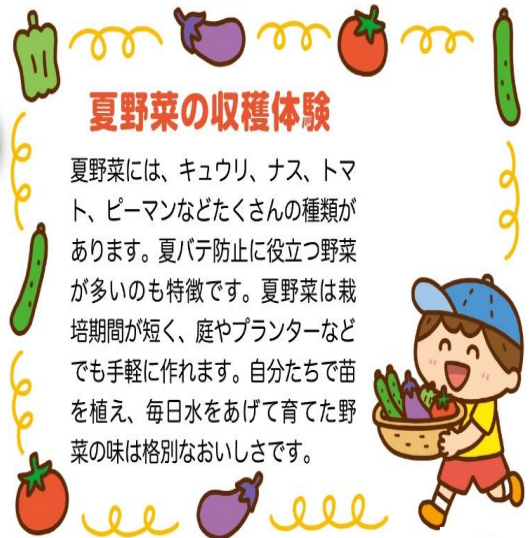
野菜の皮むきをしました



お誕生会のメニューです



おやつで紹介です♡焼きカレーパン・インドサモサ・ミルクパン



夏野菜の収穫体験

夏野菜には、キュウリ、ナス、トマト、ピーマンなどたくさんの種類があります。夏バテ防止に役立つ野菜が多いのも特徴です。夏野菜は栽培期間が短く、庭やプランターなどでも手軽に作れます。自分たちで苗を植え、毎日水をあげて育てた野菜の味は格別なおいしさです。



保育園で収穫出来ました

