



# 7月の給食だよ!



雨続きで蒸し暑い毎日ですね。気温と湿度の高い夏場は、食中毒が発生しやすくなります。乳児期・幼児期の小さな子どもは、菌に対する抵抗力が弱いために食中毒になりやすく、大人よりも症状が重くなりやすいです。そのため、子どもの食べもの・飲み物には大人の食事よりも注意が必要です。今月は、食中毒予防の視点から、乳児期・幼児期に気をつけたい食べものについてお知らせします。



## 乳児・幼児 食中毒に注意する食べ物と、その予防方法



### はちみつ・黒糖・生野菜ジュース

乳児ポツリナス症

**1歳未満は厳禁**

家庭調理での加熱はポツリナス菌の芽胞を死滅させられません。はちみつ・黒糖・自家製の生野菜ジュースはポツリナス菌リスクがあるので、1歳未満の子どもは厳禁です。



### 溶かしたあと室温で放置した粉ミルク

サカザキ菌・サルモネラ菌

⇒調整した粉ミルクは2時間

以上放置しない

⇒飲み残しは捨てる



### 生卵

サルモネラ菌

⇒生食は避ける!

⇒卵が完全に固まるまで加熱する

子どもには生卵を食べさせないようにしましょう。

(生食用でもNGです)



### 加熱不十分な肉

サルモネラ菌・カンピロバクター  
大腸菌 (O-157 含む)

⇒十分加熱する(生食は絶対にしない)

⇒冷蔵庫で生肉とほかの食材を触れさせない

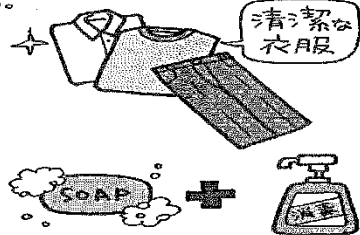
肉の食中毒は症状が重く、死亡することもあります。絶対に生では食べず、しっかり火を通しましょう。



### 食中毒予防の4原則

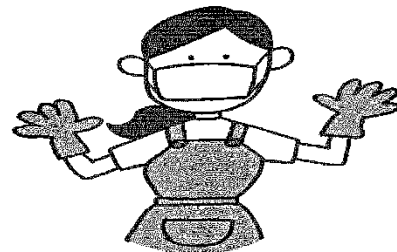
①持ち込まない

体調の悪い人は調理に従事しない、着替え・履き替えの徹底、トイレ後、調理前、盛りつけ前の手洗い(石けんで2度洗いとアルコール消毒)を徹底する。



②つけない

盛りつけ時や調理済み食品に素手で触れない、衛生手袋の適正な使用とマスクの着用。



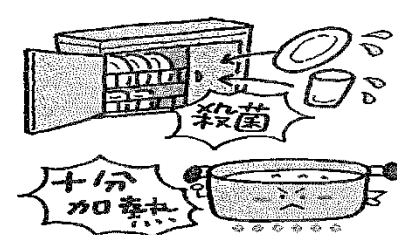
③増やさない(ひろげない)

調理済み食品は提供までの温度管理を徹底し、できるだけ迅速に提供し、喫食するようにする。納品された食材は、検品後速やかに冷蔵庫などに保管。ノロウイルス対策としては、おう吐物の処理やトイレの清掃を適切に行う。



④やっつける(殺菌)

十分な加熱、二枚貝は85℃1分の加熱、食器・器具類の熱湯消毒・乾燥殺菌庫への保管、人の手が触れるドアノブ、テーブルなどの塩素消毒。



### 生の魚介類

腸炎ビブリオ  
アニサキス  
ノロウイルス(カキ等二枚貝)

⇒十分加熱する

⇒生の貝は子どもには食べさせない

⇒刺身・寿司は3歳以上を目安に、



### 古くなった魚

ヒスタミン中毒

⇒古い魚は食べない!

マグロ、カジキ、サバ、ブリなど。古くなった魚はアレルギー物質(ヒスタミン)ができ、じんましんや嘔吐等のアレルギー症状を起こします。ヒスタミンは加熱しても分解されないで、古い魚は食べないで!



大きなカエルライス! おいしそう

### あおいろグループ

#### かわいい☆カエルライス&ポテトサラダ

6月18日 今日晩ご飯はカエルライスとポテトサラダで作ったホールケーキ!

「わ〜すごい〜!」「かわいい〜!」「ここ、トマトのところ、たくさんほしい!」と、みんなとっても嬉しそうでした!「もう食べていい?」と待ちきれない子どもたち。みんな一緒に「いただきます!」「おいしいね〜!」「かえるさんの、おうちのところほしい!」と子どもたちから、うれしくておいしい気持ちをたくさん聞かせてくれました!

コロナ禍で子どもたちと一緒に食事をするのが難しくなっていますが、楽しい時間を子どもたちが過ごすことができるようにしていきたいです。

あおいろグループ 酒井



ケーキのサラダ、かわいいね☆



# 7月 予定献立表



すみれ乳児院 2021年 7月 1日発行

月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日 29日	(木)	パン みかん缶 飲むヨーグルト	1日： カレーライス、フルーツヨーグルト 15日、29日： 夏野菜カレー、コールスロー、果物	1日：きな粉ラスク 牛乳 15日、29日： サターアングギー、牛乳	1日、15日：ご飯、えのきつくな レンコンきんぴら、すまし汁、果物 29日：ご飯、豚しゃぶ、大根煮 みそ汁、果物
2日 16日 30日	(金)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	2日：ご飯、豆腐と青菜のチャンプル 大根煮、すまし汁、果物 16日【防災食】ツナトマトスパゲティ カレースープ、果物缶詰 30日：ご飯、肉豆腐、ひじきの煮物 すまし汁、果物	2日、16日： ポンデケーキ 牛乳 30日：ミルクもち お茶	2日、16日： ご飯、鮭のパン粉焼き ブロッコリーソテー、みそ汁、果物 30日：ご飯、アジのカレー焼き 小松菜ソテー、カボチャスープ 果物
3日 17日 31日	(土)	パン2種 ヨーグルト バナナ・牛乳	3日、31日：わかめうどん 高野豆腐の煮物、果物 17日：きつねうどん 肉じゃが、果物	3日、31日： 焼きおにぎり、お茶 17日：五平餅 お茶	3日：ご飯、豚肉の変わり焼き なす鶏煮、みそ汁、果物 17日【お誕生日メニュー】 ゆかりおにぎり、から揚げ、ポテト ブロッコリー、みそ汁、果物 31日：ご飯、長芋メンチカツ 納豆和え、すまし汁、果物
4日 18日	(日)	食パン・チーズ キャベツソテー ミックスキャロット	ご飯、さばの梅焼き、 白菜のしのだ煮 みそ汁、果物	菓子 牛乳	中華丼 中華サラダ 果物
5日 19日	(月)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	ご飯、松風焼き、きんぴらごぼう すまし汁、果物	フレンチトースト 牛乳	ご飯、鶏のチーズピカタ 夏野菜ポトフ、果物
6日 20日	(火)	パン2種 バナナ 牛乳	ご飯 厚揚げ回鍋肉、人参しりしり みそ汁、果物	6日：ヨーグルト、菓子、お茶 20日：スイカボンチ、お茶	ご飯 アジフライ、ピーマンきんぴら すまし汁、果物
7日 21日	(水)	ご飯 ふりかけ さつま芋みそ汁	ご飯 さわらの若草焼き じゃが芋煮 すまし汁、果物	7日【行事食】 スイカボンチ、お茶 21日：ヨーグルト 菓子、お茶	7日【行事食：七夕】 天の川そうめん 鶏の照り焼き、果物 21日：和風ツナパスタ、豚天、果物
8日 22日	(木)	パン みかん缶 飲むヨーグルト	麻婆なす丼 大根中華煮 果物	蒸しとうもろこし お茶	ご飯、豆腐ハンバーグ いんげんとささみのゴマ和え みそ汁、果物
9日 23日	(金)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	ご飯 千草卵、かぼちゃ煮 すまし汁、果物	バナナケーキ 牛乳	ご飯 焼き鯖、キャベツのみそ炒め みそ汁、果物
10日 24日	(土)	パン2種 ヨーグルト バナナ・牛乳	焼きそば オクラとナスの煮びたし 果物	わらび餅 お茶	ご飯 コロッケ、チリコンカン コンソメスープ、果物
11日 25日	(日)	食パン・チーズ キャベツソテー ミックスキャロット	ご飯 鮭のねぎみそ焼き 冬瓜そぼろ煮、みそ汁、果物	菓子 牛乳	11日：ヒビンバ 長芋のプルコギ、果物 25日【お誕生日メニュー】 ハンバーガー、ポテト コーンスープ、果物
12日 26日	(月)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	ご飯、豆腐と青菜のチャンプルー ニラもやしいため すまし汁、果物	オレンジゼリー 牛乳	ご飯、トマトと卵の炒め物 きゅうりのゆかり和え みそ汁、果物
13日 27日	(火)	パン2種 バナナ、牛乳	ご飯、ほうれん草のオムレツ 具沢山ミルクスープ、果物	パンプティング 牛乳	ご飯、カレーの磯辺焼き キャベツの土佐煮、みそ汁、果物
14日 28日	(水)	ご飯 ふりかけ さつま芋みそ汁	梅しそご飯 鱈の照り焼き、切り干し大根 みそ汁、果物	ヨーグルト 菓子、お茶	14日：流しそうめん カボチャ煮 28日：冷やし中華、里芋の煮物、果物

## ☆7月の予定☆

☆7月7日 【行事食☆七夕☆】 おやつ：スイカボンチ、 夕食：天の川そうめん、鶏のてりやき

☆7月14日 【行事食】 流しそうめん

☆7月16日 【防災食】 ツナトマトスパゲティ、カレースープ、果物缶詰

(災害を想定し、防災備蓄のトマト缶、カレールー等を使用した献立を作ります)

