

6 月  
(水無月)  
みなづき

# 給食だより

令和2年6月2日  
おおむたこども園  
肥田木 直美

## 【食中毒に注意】

気温や温度が上がる梅雨から夏の間は、一年中で一番食中毒の発生が多い時季です。

### 食中毒の三原則は次の3つ

- ① 細菌をつけない
- ② 細菌を増やさない
- ③ 細菌をやっつける

### 家庭で気を付けること

- ① 調理前は念入りに手洗いを、すすぎも十分に行い、清潔なタオルやペーパータオルで拭きます。指に傷があると、ここから生野菜などに菌が付きます。要注意です。
- ② 肉用・野菜用はまな板と包丁を別にしましょう。1つしかない場合は、生で食べるものから切ります。生肉魚は最後に処理します。
- ③ すぐに食べない時は冷蔵庫へ。夏は1時間もしない内に腐りはじめます。
- ④ 肉や魚、煮物、焼き物は中までしっかり火を通しましょう。子どもに生ものを与えるのは控えましょう。

### キッチンの消毒方法>

- ・アルコール消毒は、乾いているテーブルなどにスプレーして拭いたりします。ただ、アルコールは濡れたところでは効き目はありません。
- ・ハイター（次亜塩素酸ナトリウム）は、ペットボトル（500ml）の水にキャップ1杯で溶液ができます。布巾をしたし、水筒のコップや栓の漂白に使えます。もちろん、これにしたした布巾でテーブルや冷蔵庫なども拭いて下さいね。

## 【新級して2か月が経ちました□□！】

ぶどう組さんは、自分で食べられる量を食器によそうことが上手になっています。お兄ちゃん、お姉ちゃんが教えてくれたり、よいお手本になっているようです。親指を立て「上手でしょう！」といわんばかりにサインを送ってくれる子どももいて、嬉しい気持ちになれます。



「素朴パン」  
約12個分  
バターロールの大きさ

### (材料)

- ・強力粉 300g
- ・ドライイースト 6g
- ・砂糖 40g
- ・塩 5g

### (作り方)

- ① ボールに材料を入れて、混ぜ合わせる。
- ② 生地がまとまってきたら、表面が滑らかになるように丸め、温かい場所で発酵させます。(1次発酵)
- ③ 膨らんだら、生地に指をさしてじんわりもどればOKです。
- ④ フライパンやトースターで焼きます。

※たき火の火でも焼けますよ！  
バーベキュー用の網であみ焼きもできます。  
※オーブンで焼いても構いません。

## 「イチゴジャム」

### (材料)

- ・いちご 1kg
- ・グラニュー糖 400g (なければ普通の砂糖でも良い)
- ・レモン汁 少々

### (作り方)

- ① いちごに砂糖をまぶし、一晩つけ込んでおきます。(いちごを冷凍したものに砂糖をまぶして置くと、一晩つけなくても約1時間で水分がたくさん出るので、時間短縮になり良いですよ)
- ② 鍋に入れ、中火で水分がなくなりトロミが出るまで煮ます。

