



7月台所だよ



R8 年 6 月 30 日
谷 頭 こ ども 園
栄 養 士 森 一 恵

曜日	月	火	水	木	金	土
日	13・27	14・28	1・15・29	2・16・30	3・17・31	4・18
午前食(昼食)	松風焼き 人参のマリネ 雷こんにゃく 大根のすまし汁 納豆、りんご お茶	魚のかば焼き 高野豆腐の煮物 胡瓜の人参ドレッシング 玉ねぎのみそ汁 納豆、りんご お茶	鶏肉の胡麻みそ焼き ズッキーニの和風サラダ 焼きじゃが芋 春雨汁 納豆、りんご お茶	冷しゃぶ ゆで卵 さつま芋の甘煮 なめこのみそ汁 納豆、りんご お茶	ししゃもの天ぷら もやしのナムル わかめの佃煮 冬瓜の味噌汁 納豆、りんご お茶	鶏肉の甘辛丼 もずくの味噌汁 りんご お茶
午後食(おやつ)	ヨーグルトパバロア お茶	わかめおにぎり お茶	牛乳もち お茶	果物盛り合わせ チーズ お茶	甘食 牛乳 お茶	塩おにぎり お茶
日	6	7・21	8・22	9・23	10・24	11・25
午前食(昼食)	豆腐のステーキ 胡瓜のピクルス オクラの天ぷら 南瓜のみそ汁 納豆、りんご お茶	魚の竜田揚げ ピーマンのおかか煮 春雨サラダ わかめの味噌汁 納豆、りんご お茶	豚肉の生姜焼き 千切り野菜 青梗菜と卵炒め 椎茸のみそ汁 納豆、りんご お茶	鮭の塩焼き きんぴらごぼう なすとツナのゴマ和え キャベツのみそ汁 納豆、りんご お茶	しらす入りがね トマトのさっぱりサラダ ひじきの佃煮 冷汁 納豆、りんご お茶	スタミナ丼 じゃが芋の味噌汁 りんご お茶
午後食(おやつ)	ヨーグルトクリーム和え お茶	油みそおにぎり お茶	果物盛り合わせ チーズ お茶	豆乳ゼリー お茶	牛乳 ふくれ菓子 お茶	牛乳 バナナ お茶

病原性大腸菌って知っていますか？

食中毒で総菜コーナーが営業停止になるというニュースをよく聞きますが、その原因のひとつが「腸管出血性大腸菌 O-157」です。他にも「O-26」や「O-111」などがあります。菌で汚染された食物などを経口摂取することによって腸管感染の食中毒を引き起こす細菌です。感染するとベロ毒素を産生し、腹痛や血便、重症化すると腎不全や脳症を引き起こすことがあり、その致死率は 1～5%といわれています。乳幼児や高齢者は感染すると重症化しやすいため、こどもの下痢や腹痛は十分に注意する必要があります。

●もしこどもが下痢をしていたら・・・

こどもが下痢をしていたら回数や形状、血が混ざっていないか、激しい腹痛を伴っていないかなど細かい体調の観察が必要です。下痢を繰り返し血が混ざっていると感染症の可能性があるので登園は控え、早めの病院受診が必要です。その際には、オムツを袋に入れて持参するか、スマホで写真を撮るなどしておく状態が伝わりやすいですよ。

●便を検査に出すことになったら・・・

園に検査に出したことをすぐ知らせてください。便の検査結果がわかるまでは自宅待機をお願いします。結果がわかったら園にすぐ知らせてください。感染が判明した場合は、家族や同一クラス園児の細菌検査(便)を保健所が実施することになります。

●園ではどのようなことに気を付けているの・・・

給食調理での衛生管理については先月お伝えしたことに加え、肉や魚などは中心温度が 85～90℃で 90 秒間、十分に加熱し、食中毒菌やウイルスを死滅させるようにしています。調理後は料理に合わせ 65℃以上や 10℃以下で管理し、2 時間以内に喫食(食べきる)するなどを徹底しています。

家庭でも肉(魚)と野菜のまな板や包丁は別にし、十分な加熱調理後はすぐに食べるなど気を付けて感染を防ぎましょう。