



蒸し暑い日が続きますね。この時期は、子どもたちの食欲もおとろえがちになります。体調をくずさないよう、ご家庭でも食事とおやつ、水分の補給に十分気をつけて下さい。

また、温度・湿度がともに上がり、乾物さえもカビやすくなります。食品の衛生にもお気をつけ下さい。



## 食中毒に注意しましょう!

夏から秋にかけての季節は気温や湿度が高く、体力も低下しがちなため、食中毒に要注意です!!

### 〈家庭での食中毒予防対策〉

#### ①手洗い

外から帰った後、トイレの後、調理や食事の前には、石鹸でよく手を洗ってから流水で洗い流しましょう。

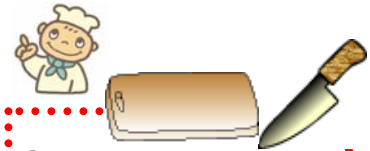
#### ②食物の加熱

十分に加熱しましょう。(中心の温度が75℃で1分以上になるように。)



#### ③器具の消毒

包丁やまな板などは、使用后よく洗った後に、熱湯または塩素系消毒剤で消毒しましょう。



### ミニレシピ 蒸しパン



#### 材料(約6個分)

ホットケーキミックス…100g  
たまご…1/2個  
牛乳…100ml

#### トッピング

チョコレート・コーン・ハム  
ベーコン・プロセスチーズ  
バナナ・りんご・レーズン  
さつまいも・ジャム…

#### 作り方

- ①ボールに材料を入れ混ぜる。
- ②トッピングの材料を加える。
- ③専用の型、または、アルミカップ、コーヒーカップ等に生地を6分目流し入れる。
- ④沸騰した蒸し器で10分程蒸す。  
※電子レンジでは、電子レンジ対応の型・紙カップ・コーヒーカップ等(耐熱容器)に6分目生地を流し入れ、ラップをせずに2分程で出来き上がります。

保育園では6月のおやつで、チーズ・ハム・コーンをトッピングして作りました。(o^)



### 今月の給食目標

梅雨どきの衛生に  
気をつけよう!



### 今月の予定

#### 18日(金)誕生会

※18日はお弁当包みに箸だけを包んで持たせて下さい。

