

*すべての献立に、ミルクがつきます。 *栄養価は左からエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)の順に記載しています。

*献立は、やむを得ない事情により変更することがあります。

日・曜日	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)
献立名	米飯 マーボなす わかめスープ 塩昆布	米飯 たこのから揚げ すまし汁 ひじきの梅つくだ煮	切り干しピラフ ゆずドレッシングサラダ にんじんの豆乳ポタージュ	米飯 豚肉の角煮 みそ汁 しば漬	米飯 キャベツのソテー ミートボールシチュー 角チーズ	米飯 さつま揚げ かぼちゃのみそ汁 梅干し	菜めし さばの塩焼き 五目汁	米飯 焼きコロッケ ポトフスープ さかなふりかけ	混ぜ込みチャーハン フルーツカクテル 中華スープ	米飯 ツナと大豆のドライカレー ポテトクリームスープ 福神漬	米飯 油淋鶏 レタススープ さかなつくだ煮
材料名および使用量(g)	米 80 黄 水 112	米 80 黄 水 112	米 72 黄 水 138 切り干し大根 2.5 緑 ベーコン 6 赤 たまねぎ 10 緑 油 1 黄 塩 0.5 こしょう 0.01	米 80 黄 水 112	米 88 黄 水 123.2	米 80 黄 水 112	米 80 黄 水 126 2	米 80 黄 水 112	米 80 黄 水 112	米 88 黄 水 123.2	米 80 黄 水 112
	なす 40 緑 油 3 黄 豚肉 35 赤 たまねぎ 20 緑 しょうが 0.3 緑 にんにく 0.2 緑 にち 5 黄 でんぷん 2 黄 信州みそ 1 赤 赤みそ 2 赤 ごま油 2 黄 砂糖 1 黄 しょうゆ 0.5 水 20 トウバンジャン 0.1	たこ 50 赤 酒 1 赤 塩 0.2 黄 でんぷん 8 黄 油 5 黄 うおそうめん 10 赤 たまねぎ 20 緑 はくさい 20 緑 にんじん 10 緑 だいこん 10 緑 こまつな 10 緑 だし昆布 0.5 けずり節 1 水 100 塩 0.6 しょうゆ 1	鶏肉 15 赤 にんじん 30 緑 たまねぎ 25 緑 じゃがいも 25 黄 しめじ 10 緑 こまつな 10 緑 豆乳 20 赤 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.7 こしょう 0.02 でんぷん 1 黄	豚肉 60 赤 細切り昆布 1 赤 にんじん 5 緑 しょうが 1 緑 水 10 黄 砂糖 2 黄 しょうゆ 3 酒 1 生揚げ 20 赤 生わかめ 2 赤 にんじん 10 緑 ごぼう 10 緑 つきこんにやく 10 緑 キャベツ 15 緑 葉ねぎ 5 赤 信州みそ 4 赤 煮干し 5 赤 水 3 しば漬 100 緑	焼き竹輪 8 赤 キャベツ 25 緑 にんじん 10 緑 たまねぎ 10 緑 塩 0.1 こしょう 0.01 油 1 黄 肉だんご 35 赤 たまねぎ 40 緑 にんじん 15 緑 じゃがいも 35 黄 しめじ 10 緑 ほうれんそう 10 緑 セロリ 1 緑 トマトピューレ 8 緑 米粉ハヤシルウ 3 トマトケチャップ 8 ウスターソース 1 フイヨン(缶) 4 塩 0.5 こしょう 0.02 上新粉 1 黄 油 1 黄 水 60 角チーズ 1 赤	白身魚すり身 40 赤 ひじき 0.5 赤 にんじん 5 緑 たまねぎ 8 緑 れんこん 5 緑 でんぷん 2 黄 しょうが 0.3 緑 塩 0.1 黄 砂糖 0.2 黄 油 6 黄 かぼちゃ 30 緑 たまねぎ 20 緑 キャベツ 20 緑 こんにやく 10 緑 煮干し 5 緑 水 100 赤みそ 5 赤 信州みそ 4 赤 梅干し 1 緑	塩さば 1 切 赤 油 1 黄 鶏肉 20 赤 たまねぎ 20 緑 はくさい 20 緑 ごぼう 5 緑 にんじん 10 緑 こまつな 10 緑 だし昆布 0.5 けずり節 1 水 100 塩 0.6 しょうゆ 1	じゃがいも 50 黄 牛肉 10 赤 ひじき 1 赤 たまねぎ 10 緑 葉ねぎ 2 緑 パセリ 0.3 黄 油 1 黄 塩 0.4 こしょう 0.01 でんぷん 1 黄 米パン粉 5 黄 油 2 黄 ウイナーソーセージ 15 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 キャベツ 10 緑 トマト 10 緑 トマトケチャップ 5 緑 さやいんげん 5 フイヨン(缶) 6 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02 さかなふりかけ 1袋	焼き豚 8 赤 ちりめんじゃこ 4 赤 たまねぎ 8 緑 つば漬 4 緑 葉ねぎ 2 黄 油 2 黄 塩 0.01 こしょう 0.5 ピーマン(青) 5 しょうが 0.5 にんにく 0.3 カレー粉 0.4 トマトケチャップ 2 ウスターソース 0.5 塩 0.3 砂糖 0.2 油 1 フイヨン(缶) 3 鶏肉 15 赤 たけのこ(水煮) 5 赤 たまねぎ 20 緑 キャベツ 15 緑 にんじん 10 緑 ごまつな 10 緑 ガラスープ 4 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6 こしょう 0.02 福神漬 10 緑	まぐろ油漬 35 赤 だいず 20 赤 にんじん 10 緑 たまねぎ 20 緑 トマト 8 緑 ビーマン(青) 5 緑 しょうが 0.5 緑 にんにく 0.3 緑 カレー粉 0.4 黄 トマトケチャップ 2 黄 ウスターソース 0.5 黄 塩 0.3 黄 砂糖 0.2 黄 水 1 根菜ねぎ 3 緑 豚肉 15 赤 レタス 20 緑 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 とうがん 10 緑 しめじ 5 緑 クリームコーン(缶) 4 チンゲンサイ 12 緑 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.7 こしょう 0.02 おさかなそぼろつくだ煮 1袋 赤	鶏肉 40 赤 塩 0.2 緑 しょうが 0.2 緑 にんにく 0.2 緑 酒 2 緑 でんぷん 8 黄 しょうゆ 20 黄 油 6 黄 しょうゆ 3 緑 白ごま 1 黄 根菜ねぎ 3 緑
	牛肉 5 赤 生わかめ 2 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 たけのこ(水煮) 5 緑 だいこん 20 緑 チンゲンサイ 10 緑 ガラスープ 4 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02 しょうゆ 1	ひじき 1 赤 白ごま 1 黄 ゆかりふりかけ 0.3 黄 梅肉 0.5 緑 砂糖 1 黄 水 5	鶏肉 15 赤 にんじん 30 緑 たまねぎ 25 緑 じゃがいも 25 黄 しめじ 10 緑 こまつな 10 緑 豆乳 20 赤 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.7 こしょう 0.02 でんぷん 1 黄	生揚げ 20 赤 生わかめ 2 赤 にんじん 10 緑 ごぼう 10 緑 つきこんにやく 10 緑 キャベツ 15 緑 葉ねぎ 5 赤 信州みそ 4 赤 煮干し 5 赤 水 3 しば漬 100 緑	肉だんご 35 赤 たまねぎ 40 緑 にんじん 15 緑 じゃがいも 35 黄 しめじ 10 緑 ほうれんそう 10 緑 セロリ 1 緑 トマトピューレ 8 緑 米粉ハヤシルウ 3 トマトケチャップ 8 ウスターソース 1 フイヨン(缶) 4 塩 0.5 こしょう 0.02 上新粉 1 黄 油 1 黄 水 60 角チーズ 1 赤	白身魚すり身 40 赤 ひじき 0.5 赤 にんじん 5 緑 たまねぎ 8 緑 れんこん 5 緑 でんぷん 2 黄 しょうが 0.3 緑 塩 0.1 黄 砂糖 0.2 黄 油 6 黄 かぼちゃ 30 緑 たまねぎ 20 緑 キャベツ 20 緑 こんにやく 10 緑 煮干し 5 緑 水 100 赤みそ 5 赤 信州みそ 4 赤 梅干し 1 緑	塩さば 1 切 赤 油 1 黄 鶏肉 20 赤 たまねぎ 20 緑 はくさい 20 緑 ごぼう 5 緑 にんじん 10 緑 こまつな 10 緑 だし昆布 0.5 けずり節 1 水 100 塩 0.6 しょうゆ 1	じゃがいも 50 黄 牛肉 10 赤 ひじき 1 赤 たまねぎ 10 緑 葉ねぎ 2 緑 パセリ 0.3 黄 油 1 黄 塩 0.4 こしょう 0.01 でんぷん 1 黄 米パン粉 5 黄 油 2 黄 ウイナーソーセージ 15 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 キャベツ 10 緑 トマト 10 緑 トマトケチャップ 5 緑 さやいんげん 5 フイヨン(缶) 6 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02 さかなふりかけ 1袋	焼き豚 8 赤 ちりめんじゃこ 4 赤 たまねぎ 8 緑 つば漬 4 緑 葉ねぎ 2 黄 油 2 黄 塩 0.01 こしょう 0.5 ピーマン(青) 5 しょうが 0.5 にんにく 0.3 カレー粉 0.4 トマトケチャップ 2 ウスターソース 0.5 塩 0.3 砂糖 0.2 油 1 フイヨン(缶) 3 鶏肉 15 赤 たけのこ(水煮) 5 赤 たまねぎ 20 緑 キャベツ 15 緑 にんじん 10 緑 ごまつな 10 緑 ガラスープ 4 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6 こしょう 0.02 福神漬 10 緑	まぐろ油漬 35 赤 だいず 20 赤 にんじん 10 緑 たまねぎ 20 緑 トマト 8 緑 ビーマン(青) 5 緑 しょうが 0.5 緑 にんにく 0.3 緑 カレー粉 0.4 黄 トマトケチャップ 2 黄 ウスターソース 0.5 黄 塩 0.3 黄 砂糖 0.2 黄 水 1 根菜ねぎ 3 緑 豚肉 15 赤 レタス 20 緑 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 とうがん 10 緑 しめじ 5 緑 クリームコーン(缶) 4 チンゲンサイ 12 緑 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.7 こしょう 0.02 おさかなそぼろつくだ煮 1袋 赤	鶏肉 40 赤 塩 0.2 緑 しょうが 0.2 緑 にんにく 0.2 緑 酒 2 緑 でんぷん 8 黄 しょうゆ 20 黄 油 6 黄 しょうゆ 3 緑 白ごま 1 黄 根菜ねぎ 3 緑
	低学年 505 20.2 16.4 中学年 593 22.6 17.5 高学年 646 24.3 18.4	低学年 489 19.9 13.9 中学年 576 22.1 14.6 高学年 627 23.8 15.3	低学年 497 16.4 15.9 中学年 579 18.2 16.9 高学年 630 19.4 17.9	低学年 524 25.5 16.5 中学年 615 28.3 17.6 高学年 670 30.6 18.6	低学年 594 21.3 18.4 中学年 693 23.5 19.4 高学年 753 25.1 20.3	低学年 504 18.8 14.6 中学年 593 21.0 15.5 高学年 645 22.5 16.2	低学年 564 27.3 21.5 中学年 643 28.9 22.0 高学年 686 30.0 22.5	低学年 536 17.4 17.5 中学年 627 19.3 18.6 高学年 682 20.5 19.7	低学年 478 17.0 13.0 中学年 563 19.0 13.6 高学年 613 20.3 14.2	低学年 594 23.8 18.9 中学年 698 26.6 20.3 高学年 762 28.7 21.5	低学年 595 22.8 21.6 中学年 691 25.1 23.2 高学年 752 26.9 24.7

日・曜日	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)
献立名	米飯 あなご丼 豆腐のみそ汁	米飯 鶏肉のマーメレード焼き ポトフ 塩昆布	米飯 さわらのカレー焼き とうがんスープ 昆布ふりかけ	ししじゅーしー ゴーヤちゃんぶるー もずく汁	米飯 焼きそば きのこスープ じゃこのつくだ煮	米飯 枝豆の塩ゆで 夏野菜カレー 福神漬 角チーズ	鮭ごはん いりうの花 だんご汁
材料名および使用量(g)	米 88 黄 水 123.2	米 80 黄 水 112	米 80 黄 水 112	米 72 黄 水 126 30 赤 豚肉 1 赤 きざみ昆布 1 しょうゆ 1 酒 1 塩 0.8 塩 1 黄 油 1 黄	米 80 黄 水 112	米 88 黄 水 123.2	米 80 黄 水 113 1 赤 さけ(フレーク) 10 黄 油 1 塩 0.6
	あなご蒲焼 30 赤 ごぼう 10 緑 たまねぎ 25 緑 糸こんにやく 10 緑 油 1 黄 みつば 3 黄 砂糖 1 黄 しょうゆ 2 みりん 1 でんぷん 0.5 黄 水 10	鶏肉 60 赤 しょうゆ 3 ゆずマーメレード 10 黄 たまねぎ 20 緑 さやいんげん 5 緑 油 1 黄 ウイナーソーセージ 10 赤 じゃがいも 30 黄 だいこん 20 緑 たまねぎ 25 緑 にんじん 10 緑 しめじ 5 緑 ごまつな 10 緑 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.6 こしょう 0.02 塩昆布 2 赤	さわら 1 切 赤 塩 0.2 カレー粉 0.2 黄 米パン粉 4 黄 カレー粉 0.2 黄 油 2 黄 鶏肉 15 赤 とうがん 30 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 こまつな 10 緑 ガラスープ 4 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6 こしょう 0.02 でんぷん 1 黄 こんぶふりかけ 1袋	まぐろ油漬 15 赤 生揚げ 15 赤 にがうり 8 緑 にんじん 5 緑 糸こんにやく 15 赤 花かつお 0.5 赤 塩 0.3 こしょう 0.01 しょうゆ 1 黄 油 1 黄 鶏肉 20 赤 もずく 10 赤 たまねぎ 20 赤 だいこん 20 赤 にんじん 20 赤 葉ねぎ 5 緑 けずり節 1 だし昆布 0.5 水 100 塩 0.6 しょうゆ 1	米粉スパゲティ 10 黄 豚肉 10 赤 キャベツ 20 緑 たまねぎ 15 緑 にんじん 10 緑 ピーマン(青) 8 緑 油 1 黄 ウスターソース 2 トマトケチャップ 1 塩 0.2 こしょう 0.01 水 3 鶏肉 15 赤 たまねぎ 25 緑 エリンギ 5 緑 しめじ 5 緑 えのきたけ 10 緑 にんじん 10 緑 チンゲンサイ 10 緑 ガラスープ 4 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02 ちりめんじゃこ 6 赤 白ごま 1 黄 砂糖 1 黄 みりん 1 黄 しょうゆ 1	えだまめ 25 緑 塩 0.3 豚肉 30 赤 じゃがいも 20 黄 たまねぎ 45 緑 なす 10 緑 にんじん 10 緑 かぼちゃ 15 緑 ズッキーニ 10 緑 にんにく 0.3 緑 しょうが 0.3 緑 塩 0.6 黄 油 1 黄 カレー粉 0.7 フイヨン(缶) 8 トマトケチャップ 7 ウスターソース 3 しょうゆ 3 りんごピューレ(缶) 6 黄 上新粉 4 水 60 福神漬 10 緑 角チーズ 1 赤	鶏肉 20 赤 凍り豆腐(粉) 3 赤 糸こんにやく 10 にんじん 10 緑 干ししいたけ 0.3 緑 葉ねぎ 5 緑 だし汁 20 油 1 黄 しょうゆ 2 黄 砂糖 1 黄 白玉団子 25 黄 豚肉 15 赤 たまねぎ 15 緑 にんじん 10 緑 だいこん 15 緑 ごまつな 10 緑 けずり節 1 だし昆布 1 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6
	豆腐(冷) 25 赤 はくさい 15 緑 にんじん 10 緑 だいこん 20 緑 えのきたけ 10 緑 葉ねぎ 5 緑 煮干し 4 水 100 信州みそ 4 赤 赤みそ 5 赤	ウイナーソーセージ 10 赤 じゃがいも 30 黄 だいこん 20 緑 たまねぎ 25 緑 にんじん 10 緑 しめじ 5 緑 ごまつな 10 緑 フイヨン(缶) 4 水 80 塩 0.6 こしょう 0.02 塩昆布 2 赤	鶏肉 15 赤 とうがん 30 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 こまつな 10 緑 ガラスープ 4 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6 こしょう 0.02 でんぷん 1 黄 こんぶふりかけ 1袋	まぐろ油漬 15 赤 生揚げ 15 赤 にがうり 8 緑 にんじん 5 緑 糸こんにやく 15 赤 花かつお 0.5 赤 塩 0.3 こしょう 0.01 しょうゆ 1 黄 油 1 黄 鶏肉 20 赤 もずく 10 赤 たまねぎ 20 赤 だいこん 20 赤 にんじん 20 赤 葉ねぎ 5 緑 けずり節 1 だし昆布 0.5 水 100 塩 0.6 しょうゆ 1	米粉スパゲティ 10 黄 豚肉 10 赤 キャベツ 20 緑 たまねぎ 15 緑 にんじん 10 緑 ピーマン(青) 8 緑 油 1 黄 ウスターソース 2 トマトケチャップ 1 塩 0.2 こしょう 0.01 水 3 鶏肉 15 赤 たまねぎ 25 緑 エリンギ 5 緑 しめじ 5 緑 えのきたけ 10 緑 にんじん 10 緑 チンゲンサイ 10 緑 ガラスープ 4 水 100 塩 0.6 こしょう 0.02 ちりめんじゃこ 6 赤 白ごま 1 黄 砂糖 1 黄 みりん 1 黄 しょうゆ 1	えだまめ 25 緑 塩 0.3 豚肉 30 赤 じゃがいも 20 黄 たまねぎ 45 緑 なす 10 緑 にんじん 10 緑 かぼちゃ 15 緑 ズッキーニ 10 緑 にんにく 0.3 緑 しょうが 0.3 緑 塩 0.6 黄 油 1 黄 カレー粉 0.7 フイヨン(缶) 8 トマトケチャップ 7 ウスターソース 3 しょうゆ 3 りんごピューレ(缶) 6 黄 上新粉 4 水 60 福神漬 10 緑 角チーズ 1 赤	鶏肉 20 赤 凍り豆腐(粉) 3 赤 糸こんにやく 10 にんじん 10 緑 干ししいたけ 0.3 緑 葉ねぎ 5 緑 だし汁 20 油 1 黄 しょうゆ 2 黄 砂糖 1 黄 白玉団子 25 黄 豚肉 15 赤 たまねぎ 15 緑 にんじん 10 緑 だいこん 15 緑 ごまつな 10 緑 けずり節 1 だし昆布 1 水 100 しょうゆ 1 塩 0.6
	低学年 502 19.3 14.3 中学年 595 21.6 15.1 高学年 649 23.2 15.9	低学年 573 22.6 19.7 中学年 669 25.1 21.1 高学年 730 27.1 22.4	低学年 511 22.5 16.7 中学年 592 24.2 17.4 高学年 636 25.2 17.9	低学年 519 23.8 20.0 中学年 604 26.5 21.5 高学年 657 28.5 22.9	低学年 497 19.4 13.1 中学年 584 21.6 13.8 高学年 636 23.2 14.4	低学年 589 23.6 16.3 中学年 688 26.1 17.1 高学年 747 28.0 17.8	低学年 536 21.6 15.7 中学年 613 23.9 16.7 高学年 684 26.0 17.6

◎材料は、黄・赤・緑の3つのグループに分けています。
黄はおもにエネルギーのもとになる食品(穀類、いも類、油脂類、種実類など)、
赤はおもに体をつくるもとになる食品(肉類、魚介類、卵類、大豆製品、乳製品、
海藻など)、緑はおもに体の調子を整えるもとになる食品(野菜、きのこ類、
果物など)です。
◎栄養価は、上段が低学年(1・2年生)、中段が中学年(3・4年生)、下段が
高学年(5・6年生)です。

一ヶ月 平均								
エネルギー (kcal)	たん白質 (g)	脂 質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			
					A (μgRE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
534	21.3	16.9	305	1.6	222	0.32	0.46	21
624	23.5	17.9	312	1.9	237	0.36	0.48	23
678	25.2	18.8	319	2.1	252	0.39	0.50	25



6月のこん立より
★さつま揚げ(10日のこん立)

① にんじん・たまねぎ・れんこんはみじん切り、しょうがはすりおろし、ひじきはよく洗って水戻ししておく。

② 白身魚のすり身に、①の材料とでんぷん、塩・砂糖を加えてよく混ぜる。

③ ②をひと口大に丸めて、180度の油で色よく揚げる。

箕面の畑だより



農業公社の畑は新稲、如意谷、外院、西宿、栗生間谷、止々呂美など箕面市内にたくさんあります。4月中じゅんから5月上じゅんの畑の様子を紹介します。

たまねぎ



たまねぎは、5月から6月にかけて収穫の時期をむかえます。新鮮でおいしいたまねぎをたくさん食べることができるよう、収穫時期が異なる品種を植えています。4月下じゅんに畑を訪れると、たまねぎの葉が空にむかってすくすくとのびていました。ゴールデンウィークから収穫が始まり、5月10日から毎日給食に出荷されています。

キャベツ

外院と如意谷の畑では、4月中じゅんにキャベツの苗(なえ)を植えました。



キャベツの苗(なえ)

5月上じゅんにはここまで葉が大きくなっていました。これから巻きだしてさらに生長し、収穫は7月頃になる予定です。楽しみですね。



箕面産野菜たっぷりの給食を味わおう!

箕面市学校給食

市民試食会

6月22日(土) 11:30~13:00

第一中学校

【対象】市内在住・在学・在勤者

【定員】80人(申込順)

【持ち物】上履き(スリッパなど)

【費用】270円(試食代)

【申込み】6月3日(月)~6月17日(月)

電話・FAX・メールにて申し込み

①参加者名(グループの場合は代表者名)

②試食人数

③連絡先

【申込み・問い合わせ】

子ども未来創造局

学校給食室

TEL 072-724-6159

FAX 072-722-2466

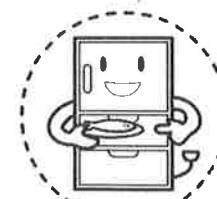
eatcooking-entry@maple.city.minoh.lg.jp



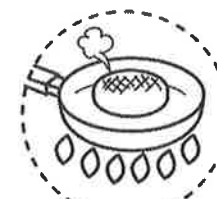
～食中毒予防の三原則～



つけない



ふやさない



やっつける

食中毒は1年中いつでも発生しますが、中でも気温が高く、細きんが増えやすい6月から9月ごろは注意が必要です。食中毒の原因となる細きんやウイルスがついた食べ物を食べることで、げりや腹痛、発熱、はき気などのしょう状が出ます。細きんの特ちょうと原因食品を知り、食中毒を予防しましょう。

＜食中毒を起こす主な細きんの特ちょう＞

種類	原因
サルモネラきん	十分に加熱されていない卵・肉・魚など。
黄色ブドウ球きん	ヒトの皮ふ、鼻や口の中にいる。傷の中にもいる場合があるので、傷やニキビをさわった手で食べ物をさわるときんがつきやすくなる。
カンピロバクター	十分に加熱されていない肉(特にとり肉)など。
腸管出血性大腸きん (O-157、O-111など)	十分に加熱されていない肉など。

◇給食室での衛生管理は…?

手洗いをしっかりと

爪ブラシを使って、
こまめに手洗いをします。



材料はていねいに洗う

野菜は水をかえて3回以上洗い、
よごれや細きんを取り除きます。

エプロンや道具を分ける

野菜を洗う時と、調理をする時、できあがったものをあつかう時はそれぞれ専用のエプロンやくつを使用して、細きんがつかないようにしています。また、肉や魚用、野菜用、配食用など、使う道具も分けています。

時間の管理が決め手

できあがり時間から逆算して、作業を始める時間や担当を決めて、調理をします。予定通りに仕上げるためにはチームワークも大切です。

中心温度確認

中心までしっかり加熱できているか、必ず温度計で3か所の温度を確かめて仕上げています。

できあがったものは特に清潔にあつかう

できあがったおかずをあつかう時は、専用のエプロンをしてもう一度手を洗い、手ぶくろをして清潔にあつかいます。

