

秋の味覚 “旬” を味わいましょう！



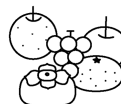
秋らしくなってきました。収穫の秋、食欲の秋ですね。

今年は天候不順が続いているため、特に野菜の出回る時期が遅れたり、少なかったりしていますが、保育所でもいろいろな秋の味覚を取り入れていきます。



秋が旬の食材

・きのこ類 ・さつまいも ・里いも ・にんじん
・ぶどう ・柿 ・くり ・さんま ・鮭 など



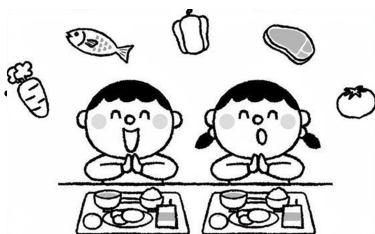
食中毒に注意注意しましょう！

肉類にはO157やカンピロバクターなど、食中毒の原因となる細菌が付着していることがあります。

肉類による食中毒は、肉の加熱不足や肉の生食、箸の使い分けの不備などが原因で起こっています。

次の点に注意して食事を楽しみましょう。

1. 焼く箸（トング）と食べる箸を区別しましょう。
2. 肉類は中までしっかり火を通しましょう。
3. 生肉を触った後は手や調理器具をしっかりと洗いましょう。
4. 生の肉類と野菜は別々の皿に盛り付けましょう。
5. ユッケや鶏タタキなど十分加熱されていない肉類は、子どもや高齢者などの抵抗力の弱い方は食べないようにしましょう。



大阪府ホームページより

お弁当の注意点！

10月からお弁当日が再開します。食事時の思わぬ事故を防ぐため、食材選びに気をつけましょう。

◎注意が必要な食べ物

- 球形のもの プチトマト・乾いた豆類（ナッツなど）・うずらの卵・あめ玉やラムネ・球形の個装チーズ・断面が丸のウィンナー・ぶどう・さくらんぼ など
- 粘着性が高い食材 餅・白玉だんご など
- 固すぎる食材 いか
- なめらかなもの 一口タイプのミニカップゼリー

内閣府ホームページより

いつも食べている食材でも食事時の事故につながる場合があります。

注意が必要な食べ物については、ご家庭やお弁当持参の際にも細かく切るなどご配慮ください。

