



令和 8 年 10 月 きゅうしょくだより



日中はまだまだ暑い日が続きますが、朝夕はいつの間にか秋の気配が感じられるようになり過ごしやすくなりました。

実りの秋、食欲の秋を迎え、一年の中でも食べ物がいっそう美味しく感じられる季節です。また、幼児クラスでは、月に一度の弁当日が再開します。一方で、食中毒の原因となる細菌が増殖しやすい時期でもあります。保育所・認定こども園では、引き続き衛生管理を徹底し、安心・安全な給食づくりに努めていきます。

旬の食材

さつまいも さといも れんこん
きのこ なし みかん さわら

お弁当作りの注意点

●しっかり加熱しましょう

肉や魚、卵などは中心までよく火を通しましょう。
半熟の卵焼きや加熱不足のお肉は避けましょう。



●汁気を少なくしましょう

煮物などの汁気の多いおかずは傷みやすいため、水分をよく切ってから詰めましょう。
トマトやきゅうりなどの水分が多い生野菜は避け、加熱した野菜を入れると安心です。

●清潔な手と道具で行いましょう

手洗いを十分に行い、清潔な調理器具や弁当箱を使いましょう。
おにぎりはラップやビニール手袋を使って作りましょう。



●保冷対策を忘れずにしましょう

保冷剤や保冷バッグを利用し、持ち運びや保管の際もできるだけ涼しい場所に置きましょう。

※プチトマトやうずらの卵、ぶどうなど球体の食材はのどに詰まる恐れがあるため、必ず4分の1(くし形)にカットしてから詰めましょう。

※ウインナーもそのまま輪切りでは窒息の危険があるため、縦半分に切ったうえで、さらに一口大にカットして入れると安心です。

※ピック・爪楊枝は口に入れた際の誤飲や口内の突きささりにつながることもあるため、使用は避けましょう。

子どもたちが楽しみにしている弁当日を安全に過ごせるようにご家庭でもご協力をお願いします。