

こめっこ

～ 学校給食だより ～



令和3年(2021年)12月号

一年を締めくくる12月を迎えます。空気が乾燥するこの時期は、風邪やインフルエンザ、感染性胃腸炎などが流行しやすくなります。規則正しい生活と、バランスの良い食事を心がけ、元気に過ごせる丈夫な体をつくりましょう。



冬に多い食中毒



ノロウイルス

ノロウイルスは、カキなどの二枚貝が原因になったり、調理する人の手指を通して感染したりすることが多い食中毒です。ノロウイルスの予防には**手洗いが重要**です。インフルエンザやコロナウイルスなどの感染症予防にも効果的なので、きちんと手を洗うようにしましょう。

手洗いをしよう!



手洗いのタイミング

こんな時は必ず手を洗いましょう

食事やおやつの前

外から帰った時

料理をする前

トイレの後

掃除の後

動物を触った後



第2弾!

12月8日「国際交流給食」



給食で韓国とつながってみよう!

米子市と韓国の東草市は姉妹都市提携を行っています。12月8日(水)の給食では韓国の食文化を取り入れた給食が登場します。



チャプチェ

春雨と色とりどりの野菜や肉を炒め合わせた韓国の家庭でよく作られるおかずです。

ヤムニョムチキン

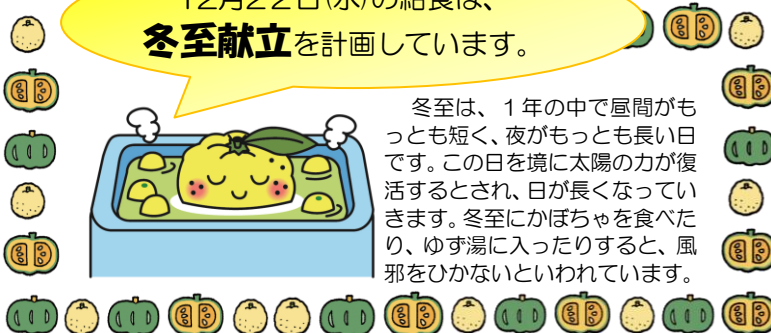
韓国では鶏肉がよく食べられます。揚げた鶏肉に「ヤムニョム」という甘辛いソースをからめたチキンです。

コンナムルクク

韓国の家庭料理の定番「豆もやしのスープ」です。韓国では豆もやしがとてもポピュラー。生活で一番身近な野菜といわれます。



12月22日(水)の給食は、**冬至献立**を計画しています。



冬至は、1年の中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に太陽の力が復活するとされ、日が長くなっていきます。冬至にかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりすると、風邪をひかないといわれています。

ホットライン給食

日々の給食写真や人気メニューのレシピを(一財)米子市学校給食会のHPでご覧になれます。

