



献立予定表

令和元年 12月 様

小金井市障害者福祉センター

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|---|---|---|
| 2 ひじきごはん みそ汁 焼き魚(さけ) あえもの 650 Kcal | 3 ごはん みそ汁 コロッケ あえもの 690 Kcal | 4 親子丼 すまし汁 あえもの こうのもの 650 Kcal | 5 ごはん みそ汁 マーボー豆腐 サラダ 650 Kcal | 6 パン 牛乳 スープ グラタン サラダ 670 Kcal |
| 9 ごはん みそ汁 とんかつ あえもの 690 Kcal | 10 ごはん みそ汁 とり肉韓国風焼き あえもの 650 Kcal | 11 ごはん みそ汁 揚げ魚(たら)おろし煮 サラダ 690 Kcal | 12 ジャージャー麺 スープ サラダ フルーツ 650 Kcal | 13 ごはん みそ汁 おでん あえもの 680 Kcal |
| 16 ごはん みそ汁 からあげ サラダ 690 Kcal | 17 スパゲティ カルボナーラ風 スープ サラダ フルーツ 670 Kcal | 18 ★ 選択食 ごはん みそ汁 Aさけのムニエル B つくね サラダ A680 B650Kcal | 19 ごはん みそ汁 春巻 あえもの 690 Kcal | 20 ハヤシライス スープ サラダ プリン 680 Kcal |
| 23 豚丼 すまし汁 あえもの 煮豆 650 Kcal | 24 ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ サラダ 670 Kcal | 25 カレーピラフ スープ とり肉てり焼き サラダ ケーキ 850 Kcal | 26 ごはん みそ汁 さばの塩焼き あえもの 650 Kcal | 27 天ぷらそば ふろふき大根 おにぎり 680 Kcal |
| | | | | |

*都合により献立を変更する場合がありますのでよろしくお願いいたします。
毎日の給食の写真を公開しています!

小金井市障害者福祉センターのホームページ内の「ブログ」で
給食の様子を紹介していますので、是非ご覧ください。



ブログ QRコード



ノロウイルス食中毒に注意しましょう



感染性胃腸炎とは主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。原因となるウイルスにはノロウイルスの他に、「サポウイルス」「ロタウイルス」「アデノウイルス」などがあり、主な症状は腹痛、下痢、おう吐、発熱です。

ノロウイルスにどうやって感染するの？

ノロウイルスの感染経路はほとんどが経口感染(口から体内に入ること)です。

- ① ノロウイルスに汚染されたカキなどの2枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合
- ② ノロウイルスに汚染された手指で調理をし、その食品を食べた場合
- ③ ノロウイルス感染者のふん便や吐物から二次感染(間接的に感染)した場合



感染予防は？

基本は手洗いです。

ノロウイルスは食品を介して感染する場合と、感染者のふん便やおう吐物に含まれるノロウイルスによって「ヒトからヒト」へ感染する場合があります。いずれも感染経路となるのが手指です。手洗いをきちんと行うことが感染予防の基本です。

手洗いを行いましょう。

- ・ 調理をする前、トイレに行った後
- ・ 生肉、魚介類など生ものを取り扱った後
特にカキ、あさり、シジミ、ハマグリなどの二枚貝を扱った後は要注意
- ・ 加熱調理しないサラダ、刺身等の盛り付け作業前
- ・ おう吐物やふん便を処理する時は、使い捨ての手袋、マスク、エプロンを着用しましょう。
処理をした後は石けんと流水で十分に手をあらいましょう。



加熱調理食品の加熱温度

このウイルスはカキなどの二枚貝に潜んでいることがあります。調理する際は中心温度まで十分に加熱しましょう。(中心温度85~90℃で90秒以上の加熱が必要です)

アルコール消毒は効果がありません。次亜塩素酸ナトリウムによる消毒を行ってください。塩素系成分なので使用時は十分に換気してください。



食の地産地消の取り組みについて

センターの給食では食の地産地消の取り組みとして小金井市産の野菜を使用して給食を作っています

地産地消とは、「地域生産、地域消費」の略で、国内の地域で生産されたものを、その地域で消費しようという取り組みです。センターでも農家さんからのとれたて新鮮野菜を使用して

給食を作っています。

センターで使用している小金井市産の野菜は、JA東京むさし(ムーちゃん広場 2019年10月に小金井市中町に新規オープン)と阪本農園(小金井市内の農家さんで有機農法で野菜を作っています。一般販売はしていません)の協力のもと、野菜を納品していただいています。

主な野菜は、大根、キャベツ、かぶ、小松菜、ほうれん草等です。毎日ではありませんが、農家さんと調整しながら給食にとり入れていけたらと思います。

使用野菜についてはブログのほうで報告させていただきます！





す。

