



9月給食だより



令和7年度
今帰仁村学校給食センター
TEL:0980-56-2106

学校給食摂取基準

- *エネルギー650kcal(小学校)
- *エネルギー830kcal(中学校)
- *たんぱく質(小中共通)
- 摂取エネルギー-全体の13~20%
- *脂 質(小中共通)

食中毒

は予防が肝心です

食中毒は、食べたものが原因で、腹痛や下痢、嘔吐、発熱などの症状が出ることで、細菌やウイルス、寄生虫といった微生物のほか、自然毒、化学物質など、原因はさまざまで年間を通して発生しています。食中毒の中には、人から人へ感染するものや、重症化して命に関わるものもありますので、日ごろから予防に努めましょう。



食中毒や感染症の予防には、
しっかり手を洗うことが基本です！



食中毒予防の三原則…つけない・増やさない・やっつける



ノロウイルス食中毒予防の四原則…持ち込まない・つけない・やっつける・ひろげない

ノロウイルスの場合は、食品中では増えないので「増やさない」は当てはまりませんが、人の体内で増殖し、人から人へ感染することから「持ち込まない」「ひろげない」ことが重要です。



つけない ●せっけんを使って正しく手を洗う。 ●清潔な調理器具を使う。 ●野菜や果物は流水でよく洗う。 ●おにぎりはラップを使って握る。	増やさない ●肉や魚、調理済みの食品は冷蔵庫に入れるなど、適切に保存する。 ●カレーや煮物などは鍋のまま放置せず、小分けにして冷蔵・冷凍保存する。 ●お弁当を持ち運ぶ際は、保冷剤や保冷バッグを使う。	やっつける ●食品の中心部まで十分に加熱する。目安は75℃で1分以上。 ●ノロウイルスの死滅には、85~90℃で90秒以上必要。
持ち込まない ●腹痛や下痢、嘔吐などの症状があるときは、食品を扱うことは控える。	ひろげない ●便や嘔吐物で汚れた床や物は、塩素系漂白剤で消毒する。 ●処理する際は、マスクやビニール手袋を使い、二次感染を防ぐ。	

●今帰仁給食センターでは、たまご・乳・えび・かに・落花生・アーモンド・カシューナッツ・くるみ・バナナの対応を行っています。

※アレルギー対応は★マークで表示、対応が不可能な献立は【代替食なし】で表示します。

代替食の提供なしを確認し家庭より弁当持参をお願いします。

アレルギー一覧

- | | | |
|------------------------|------------------------|----------------|
| ・しょうゆ(小麦 大豆) | ・みそ(大豆) | ・赤だし(大豆 さば 鶏肉) |
| ・カレー(小麦 牛肉 鶏肉 大豆) | ・ホワイトルウ(乳 小麦 大豆 牛肉 鶏肉) | |
| ・豆板醤(大豆 小麦) | ・ウスターソース(大豆 りんご) | ・酢(小麦) |
| ・デミグラスソース(小麦 大豆 牛肉 豚肉) | ・チキンブイヨン(鶏) | ・ポークブイヨン(鶏 豚) |