

給食室から



本格的に暑い日が続き、夏バテで食欲が落ちやすい季節になりました。そうめんなど食べやすい食品を上手に取り入れて食欲が進むようにしたいですね。また、キュウリやスイカなど夏の野菜や果物には水分が多いものが多数あります。水分補給の代わりにもなるので上手にとりいれましょう。



食中毒・カビに気を付けましょう！

暑くなり食品や料理が傷みやすく、食中毒やカビも多くなります。お弁当はもちろんご家庭での食事でも食中毒に気を付けましょう！また、保育園に持ってくる水筒もパッキンや細かいところなど洗にくい箇所はカビが発生しやすいです。漂白剤などを使用したり、パッキンの交換などをして衛生的に保ちましょう。



食中毒菌やカビが増える条件



栄養分

食品中には細菌が増えるために必要な栄養がたっぷり！

水分

細菌が増えるには水分が必要！

温度

多くの細菌は 20～50℃で急激に増えます！
※特に 37℃ が危険！！

とうもろこし

夏野菜の1つ、とうもろこしは粒と髭の数が実は同じなんです！ひげの部分は、とうもろこしのめしべ。粒1つ1つから伸びていて、花粉がつくと受精します。受精すると、粒の中に実が詰まっています。粒の数は品種によって違いますので、数えてみてはいかがでしょうか。

