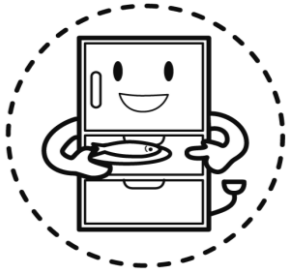
安心・安全に、食事を用意しよう！

少しずつ暖かくなってきました。過ごしやすくなってきますが、食中毒が発生しやすくなる季節でもあります。安心、安全に食事をするために次のことに気を付けて、食中毒を防ぎましょう。

①料理をする前に、石鹸で手を洗う。

②加熱するものは、中心までしっかり火を通す。

③食べるまでに時間が空く場合は、冷蔵庫に入れておく。



作ってみませんか？ 給食レシピ

今月の公開レシピは、5月19日（金）献立より
「ししゃものお茶天ぷら」 です。

＜材料（4人分）＞
- ししゃも　8本
- 薄力粉　大さじ3
- 抹茶粉　0.6ｇ
- 水　50ml程度
- 揚げ油　適量

＜作り方＞
① 薄力粉、抹茶粉をよく混ぜる。
② ①に水を入れて適度に混ぜ、バッター液を作る。液が固い場合は、様子を見ながら水を加える。※混ぜすぎると衣がベタっとするので、注意する。
③ 揚げ油を用意し、175℃にしておく。
④ ししゃもに、衣をつけて3～4分程度揚げる。
⑤ キッチンペーパーを敷いたバットにあげ、油がきれたら完成。

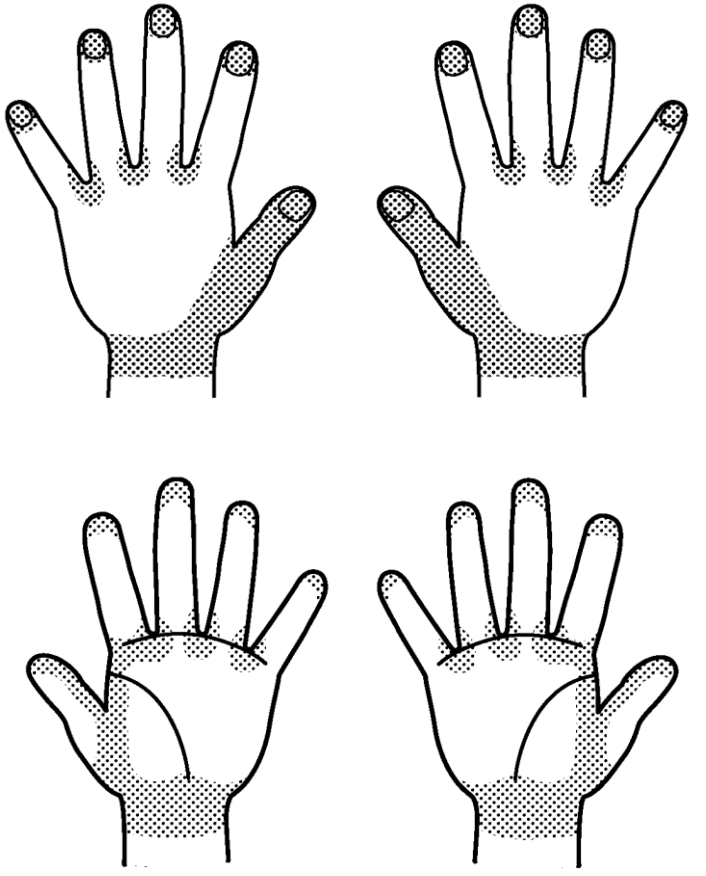
食育time

ここでは、食を語る憩いの場として、情報を発信していきます。

安全・衛生に気を付けて食べよう。

だんだんと、コロナ感染症が落ち着いてきました。しかし、コロナ感染症が落ち着いてきても、安全に食事をするためには、手洗いは大切です。自分の手洗いが、正しくできているか、確認してみましょう。

あらいのこし　しやすいばしょ



手洗いをする時、特に意識をしないで洗っていると洗い残しがでてしまいます。洗い残しやすい場所は、つめ、指先、指と指の間、親指、手首などです。意識して洗い、洗い残しのない手洗いをしましょう。