



今月の行事食

あじさい弁当

初夏の使者ともいわれる
あゆの塩焼きをメインにした
お弁当です。甘味に梅雨時
に咲くあじさいをイメージした
和菓子を添えました。

(6月2日昼食の予定)



今月のイッピン!

鱧のれんこん蒸し

鱧の上に、すり下ろしたれんこんを
のせて蒸し、あんをかけた一品で
す。はものふくら感とれんこんのもつ
ちり感、2つの食感が楽しめます。

(6月14日 昼食の予定)

ちょっと一言

家庭で出来る
食中毒予防

梅雨から夏にかけて細菌性食中毒が発生しやすい季節になります。
家庭でも下記の事に注意して食中毒を予防しましょう。

①買い物時

- 消費期限などの表示をチェック
- 保冷剤等活用し、寄り道せずに持ち帰る

②保存・調理時

- 帰ったらすぐ冷蔵庫へ片づける
- こまめに手洗いをする
- 加熱を十分に行う(目安は中心部分の温度が75℃で1分間以上)

③食事時

- 食べる前に手を洗う
- 清潔な食器・食具を使う
- 長時間室温に放置しない



参考資料：厚生労働省

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

