

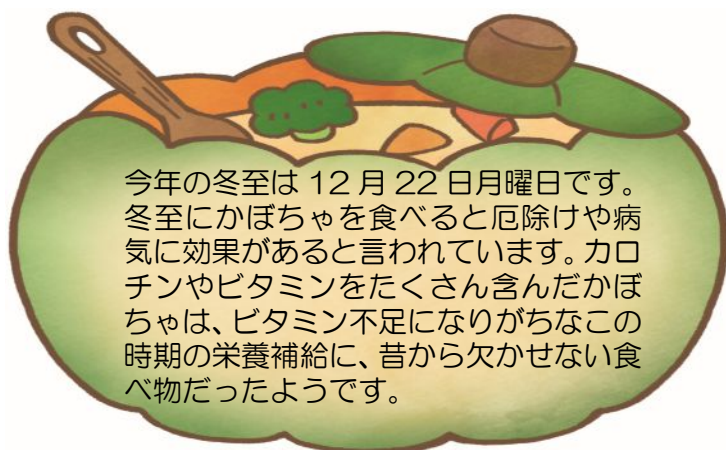


給食だより

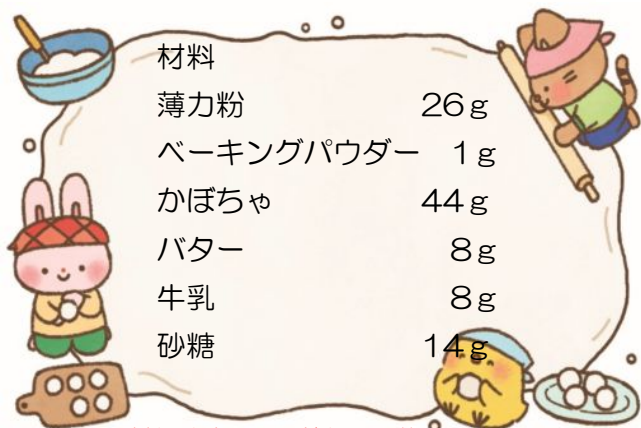
今年も残すところあと1か月になりました。寒さも一段と厳しさを増すこの時期は空気が乾燥し、風邪やインフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。

旭川市では、インフルエンザの一定点当たりの患者報告数が、20.0人となり、流行発生注意報の基準値10.0人を超えたという報告が11月6日に保健所よりありました。

こまめな手洗いを心がけ、栄養と睡眠を十分にとって、元気に冬を乗り越えたいですね。



給食では 12 月 22 日のおやつに、かぼちゃを使った「かぼちゃ小豆蒸しパン」が出ます。北海道産かぼちゃは、国内産のおよそ半分、国内 1 位の生産量を誇ります。冬から翌年春までは外国産かぼちゃが流通する状況が続いていますので、近郊で採れたおいしいかぼちゃが食べられるうちにぜひご家庭でも食べてみてください。



材料はすべて子ども 2 人分の量です。大人は 2 倍の量なので、1 人分となります。

作り方

- ①かぼちゃは皮、種、わたを取り、茹でてつぶしておきます。
- ②①に溶かしバター、砂糖、牛乳、薄力粉、ベーキングパウダーを加えて、よく混ぜます。
- ③オーブンを 170℃に余熱します。
- ④生地を、直径 3cm 厚さ 5mm 程度の丸にして、オーブンで 20 分ほど焼きます。



手洗いをしましょう

手洗いはインフルエンザや、風邪などの予防にも効果があります。給食室では

毎日約 30 秒かけた手洗いを 2 回行い、最後にアルコール消毒をするのが基本です。

時間をかけた 1 回の手洗いより、短時間でも 2 階の手洗いの方がより有効です！



12 月 23 日はクリスマスメニューです

ごはん
トナカイハンバーグ
クリスマスポテトサラダ
スープ
くだもの

おやつ
サンタプリン

