

あったか食事だより 6月

蒸し暑い日が増えてきました。気候が暖かく、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になります。食中毒にならないためにしっかりと予防しましょう。

【食中毒予防の三原則】

1. 「つけない」 食べ物に菌をつけないように必ず手を洗いましょう
2. 「増やさない」 付着した菌を増やさないためにも低温で保存することが重要です
冷蔵庫で保存していても細菌はゆっくりと増殖するため、早めに食べましょう
3. 「やっつける」 菌のほとんどは加熱によって死滅します
特に肉料理は中心までよく加熱しましょう

5月の食レク

5月の食レクは餃子の皮を使ったパイ風のおやつを作りました！

今回は全部で5種類の味をご用意しました。どの味を食べようか皆さん悩まれていました😊

餃子の皮にお好きな具材を包んで焼くだけ！簡単にできるのでお家でやってみてはいかがでしょうか。

5種の味【 あんこ チョコ チョコバナナ りんごジャム ブルーベリージャム 】

