

冬も「しっかり手洗い」で感染症から身を守ろう

給食センターでは食中毒を防ぐため、調理員は作業前にしっかり手を洗い、細菌やウイルスを洗い流しています。作業中も作業が変わるごとに手を洗い、衛生を保つよう心がけています。

いろいろなものを触る手には、目に見えない汚れがたくさん付着しています。その手で食事をしたり口や鼻、目な

どを触ったりすることで手についた菌やウイルスなどが体に入り込み、感染症や食中毒に感染してしまうことがあります。これらの予防に有効なのは石けんを使った「手洗い」です。きれいに手を洗うと、自分だけでなく周りの人への感染も防ぐことができます。水が冷たい季節ですが皆さんも正しい手洗いをして、感染症から身を守りましょう。

参考に! 給食センターの手洗い



参考に! みよし市産大根を使った みよし市郷土料理「煮あえ」

【材料4人分】

- かつお節のだし汁 …… 200~300cc
- レンコン …… 1/4本
- 昆布 …… 5cm程度
- 大根 …… 6cm程度
- ニンジン …… 1/3本
- 油揚げ …… 1枚
- 砂糖 …… 大さじ1
- 米酢 …… 大さじ1
- 白しょうゆ …… 小さじ1
- 食塩 …… 少々

A 調味料

【作り方】

- 1 かつお節でだしを取る
- 2 レンコンは皮をむき、薄いいちょう切りにしてさっとゆでる
- 3 昆布は細切りにする
- 4 大根とニンジンは短冊切りにする
- 5 油揚げは細切りにしてさっと油抜きする
- 6 だし汁を火にかけ、レンコン、昆布、大根、ニンジン、油揚げの順に入れる
- 7 Aの調味料を合わせて6の中に入れて、だし汁がなくなるまで煮る

大根が旬の時期です。旬のものを食べて免疫力を高めましょう。

正月のおせち料理に!

