



2学期の始まりです！

夏の疲れが出ないように、生活リズムを整えましょう。



～ 食中毒① 食中毒の概要 ～

参考：愛知県HP 生活衛生課 「食中毒について」

食中毒とは？

食品や器具等に付着した菌やウイルスによって起こる急性の健康被害です。

主な症状は下痢、腹痛、おう吐、発熱です。



アニサキス

愛知県内の食中毒 参考：愛知県の食中毒発生状況(令和6年)



カンピロバクター



ノロウイルス

件数が多いのは、「カンピロバクター」「アニサキス」による食中毒です。

患者数が多いのは、「ノロウイルス」による食中毒です。



食中毒予防の3原則（+しっかり手洗いで食中毒を予防しよう）

①清潔(菌・ウイルスをつけない) ②迅速・冷却(菌を増やさない) ③加熱(菌・ウイルスをやっつける)

⇒ 10～12月号は「カンピロバクター」「アニサキス」「ノロウイルス」をそれぞれ特集します！

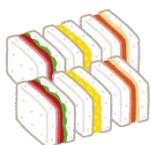
食事のワンポイントアドバイス ～ サラダチキン

コンビニで人気のサラダチキン！



そのままでもおいしいですが、色々な料理にアレンジするのもオススメです。

主食



サンドイッチの具に



めんのトッピングに

主菜



野菜と炒め料理に



いろいろなソースと
チキンソテーに

副菜



サラダの具に



そうざいの具に

卵や大豆製品、乳製品と一緒に食べると「たんぱく質」をバランスよく摂取できます。

9月 給食献立

愛知県立大府高等学校

日	曜	献立	エネルギー kcal
1	火	カレーライス、ミックスビーンズサラダ	855
2	水	冷やしうどん、野菜のジンジャー炒め	825
3	木	ご飯、魚の中華風葱ソース、添え野菜、豆腐スープ	703
4	金	スライspan、デミハンバーグ、豆腐サラダ	849
5	土		
6	日		
7	月	ご飯、豚肉の味噌炒め、もやしとキャベツの和え物、ひじきと竹輪のスープ	820
8	火	ご飯、あじフライ、肉じゃが、味噌汁	924
9	水		
10	木		
11	金	焼鳥丼、じゃが芋のごまだれ和え、味噌汁	1044
12	土		
13	日		
14	月	ご飯、魚の竜田揚げ、夏野菜の煮物、味噌汁	814
15	火	ビビンバ、わかめスープ	859
16	水	スライspan、クリームシチュー、さっぱりサラダ、バナナ	850
17	木	ご飯、鶏肉のはちみつレモン焼き、ポテトソテー、味噌汁	978
18	金	ご飯、ポークチャップ、キャベツのサラダ、コンソメスープ	853
19	土		
20	日		
21	月		
22	火		
23	水		
24	木	ご飯、鶏肉の唐揚げ、野菜炒め、味噌汁	891
25	金	ご飯、さんまみぞれ煮、里芋のごま味噌煮、すまし汁【十五夜】	999
26	土		
27	日		
28	月	ソースかつ丼、南瓜の煮付け、味噌汁	871
29	火	ご飯、豚肉の生姜焼き、竹輪とキャベツの炒め物、味噌汁	851
30	水	ドライカレーライス、コーンと枝豆のサラダ	902