



平成26年12月1日
さいたま市立内谷中学校

ノロウイルスに気をつけよう！！

夏の暑い時期に多いと思われがちな食中毒ですが、実は秋から冬にかけても食中毒が多く発生しています。この時期に起こる食中毒の多くはウイルス性のもので、代表的なものとしてノロウイルスがあります。

ノロウイルスによる食中毒の原因の多くは、カキなどの貝類ですが、ほかにも生物や加熱が不十分な加工食品などからも感染してしまいます。感染を防ぐためにしっかりと加熱調理を行って食べるようにしましょう。食品の中心部分の温度が85℃で1分以上の加熱が目安です。

食品の衛生管理や手洗いなどをしっかり行い、食中毒にかからないように気をつけましょう。

12月に実施する1年生の作成献立は・・・

実施日	クラス・氏名	献立内容
1日(月)	1年4組 浅野 遥さん	麦ごはん・ほうれんそうのふりかけ・牛乳 とり肉のきのこソースに・けんちん汁・りんご
9日(火)	1年1組 飛奈 美沙希さん	レーズンパン・牛乳・ミートボールのクリーム煮 海藻サラダ・パイナップル
16日(火)	1年2組 森田 和登くん	フランスパン・牛乳・ビーフシチュー ほうれん草とハムのマヨネーズ和え・ヨーグルト

第3回

内谷中残菜ゼロ週間！

内谷中学校では成長に欠かせない栄養をしっかりと健康に過ごすことを目的とし、2学期の9月～12月まで毎月1週間ずつ残菜ゼロ週間を行っています。

11月は、10月に比べ全学年で残菜が減りました。特に、2年5組、9組は残菜ゼロを達成しました！他にもあと少しのクラスがありました。12月になり、インフルエンザなども流行り始めます。インフルエンザなどにかからないよう、たくさん栄養をとって、元気に過ごしましょう。

	1年	2年	3年	学校全体
9月残菜率 (%)	7.8%	10.1%	10.1%	9.3%
10月残菜率 (%)	10.2%	11.6%	14.6%	12.0%
11月残菜率 (%)	8.0%	7.5%	12.4%	9.2%

12月の残菜ゼロ週間は1日(月)から5日(金)までです。
各クラス残菜ゼロを目指して、残さずしっかり食べましょう。

11月の人気メニューランキング♪ (おかず部門)

給食室では、出来上がった料理の重さと、みなさんが食べ残して給食室に戻ってきた残菜を計量し、残菜率を計算しています。

そこからどんな献立が人気なのかを把握しています。

給食はできるだけ食べ残さないで、しっかり食べましょう。

$$\text{残菜率} = \frac{\text{給食室に戻ってきた残菜(kg)}}{\text{出来上がった料理の重さ(kg)}} \times 100 (\%)$$

※ランキングは残菜率が低い順です。

順位	メニュー	(残菜率)
第1位	とまとルンルン揚げ餃子・・・	0.7%
第2位	鶏肉の照り焼き・・・	1.2%
第3位	肉じゃが・・・	1.8%
第4位	カレーの竜田揚げ・・・	3.4%
第5位	ゼリーフライ・・・	3.5%