



12月 給食献立表



築港ちどり保育園 平成28年12月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	木	牛乳 こんがりサクサク	タンドリーチキン・スパゲティサラダ・ブロッコリー・焼きのり	牛乳 ピザトースト
2	金	牛乳 マンナ	チキンカレーシチュー・大根サラダ・ゆで卵	牛乳 ピーナッツせんべい
3	土	牛乳 ビスケット	二色サンド・白菜と豆乳のスープ・バナナ	牛乳 ビスケット
5	月	牛乳 うす焼き	けんちん汁・ひじきのじゃこ煮・青菜のおかか和え・手作りふりかけ	牛乳 豆乳もち
6	火	牛乳 バナナ	焼きかぼちゃコロッケ・フレンチサラダ・コンソメスープ	牛乳 かつぱえびせん
7	水	牛乳 アンパンマンビスケット	鮭のおろしあんかけ・干草和え・豆腐のみそ汁	牛乳 りんご入り蒸しパン
8	木	牛乳 シガーフライ	豚肉と厚揚げの中華炒め・グリーンポテト・納豆・わかめスープ	牛乳 バナナケーキ
9	金	牛乳 乳ポーロ	親子丼・切干大根の和え物・パイン缶	牛乳 ベジタベル
10	土		ひまわり・すずらん組 生活発表会(パン・ジュース・ソーセージ・みかん)	
12	月	牛乳 ハードビスケット	さわらの西京焼き・根菜の炒め煮・すまし汁	牛乳 焼きそば
13	火	牛乳 こんがりサクサク	豚汁・青菜のしらす和え・焼きししゃも・焼きのり	牛乳 おはぎ
14	水	牛乳 マンナ	鮭フライオーロラソース・スパゲティサラダ・ブロッコリー・コンソメスープ	牛乳 マカロニあべかわ
15	木	牛乳 シガーフライ	五目うどん・みかん	牛乳 ぜんざい
16	金	牛乳 一口カステラ	チキンカレーシチュー・大根サラダ・目玉焼き	牛乳 小魚・玄米かきもち
17	土	牛乳 ビスケット	二色サンド・白菜と豆乳のスープ・バナナ	牛乳 ビスケット
19	月	牛乳 うす焼き	けんちん汁・ひじきのじゃこ煮・青菜のおかか和え・手作りふりかけ	牛乳 チーズ蒸しパン
20	火	牛乳 バナナ	焼きかぼちゃコロッケ・フレンチサラダ・コンソメスープ	牛乳 ポンスケ
21	水	牛乳 アンパンマンビスケット	ポークビーンズ・花野菜のサラダ・小魚のり味	牛乳 クリスマスケーキ
22	木	牛乳 こんがりサクサク	クリスマスリースランチ・コーンクリームスープ・みかん	牛乳 ココナッツサブレ
24	土	牛乳 ビスケット	五目うどん・バナナ	牛乳 ビスケット
26	月	牛乳 ハードビスケット	高野豆腐の五目煮・切干大根の和え物・ウインナー・手作りふりかけ	牛乳 バナナケーキ
27	火	牛乳 乳ポーロ	豚汁・青菜のしらす和え・しゅうまい・焼きのり・りんご	牛乳 ピザトースト
28	水	牛乳 ビスケット	お弁当の日	牛乳 ビスケット



すずらん・ひまわり・さくら組は、9日(金)までに、お米を2合(300g) 持って来て下さい。袋には必ず、クラス名と名前を記入してください。
ごはん忘れの方は、お米を60g お願いします。

～気をつけよう！冬の食中毒～

ノロウイルスはどのような場合に感染するの？

人からの感染

- ・患者の便やおう吐物から人の手などを介して二次汚染する場合。
- ・家庭や施設内などでの飛沫などにより感染する場合など。

食品からの感染

- ・感染した人が調理などをして汚染された食品を食べた場合。
- ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝などを食べた場合など。

どのような症状？

- ・吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。感染しても症状がない場合や、軽い風邪のような症状のこともある。

- ・高齢者や乳幼児は、嘔吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも要注意。



予防方法は？

食品の加熱・・・ノロウイルスの汚染のおそれのある二枚貝などの食品の場合は、中心部が85℃～90℃以上で90秒以上加熱。

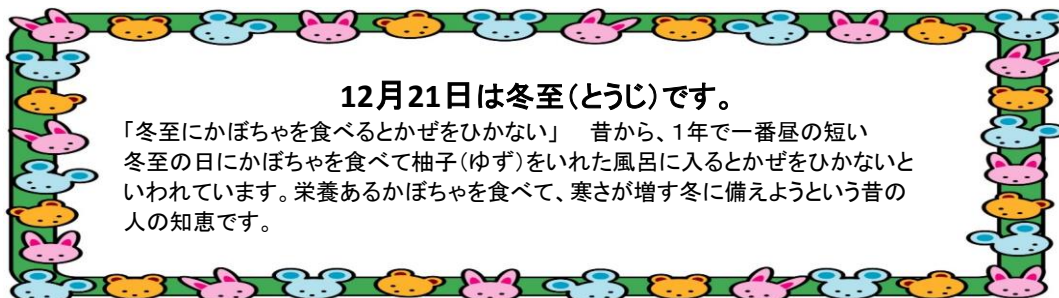
調理器具等・・・洗剤などを使用し十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭いた後、水洗い。

まな板、包丁、へら、食器、ふきん、タオル等・・・熱湯(85℃以上)で1分以上の加熱。

手洗い・・・せっけん自体にはノロウイルスを直接、失活化する効果はないが、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指からはがれやすくする効果がある。

12月21日は冬至(とうじ)です。

「冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかない」昔から、1年で一番屋の短い冬至の日にかぼちゃを食べて柚子(ゆず)をいれた風呂に入るとかぜをひかないといわれています。栄養あるかぼちゃを食べて、寒さが増す冬に備えようという昔の人の知恵です。



15日、22日は、行事食のため、さくら・ひまわり・すずらん組の白ごはんはおりません。

