



1月 給食献立表



築港ちどり保育園 平成29年 1月 4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
4	水	牛乳 シガーフライ	きつねうどん、もも缶	牛乳 まがりせんべい
5	木	牛乳 アスパラガス	魚の磯辺揚げ、七草入りごま和え、じゃこ豆	牛乳 さつまいもとりんごのきんとん
6	金	牛乳 こんがりさくさく	マーボー丼、ナムル、ウインナー、りんご	牛乳 サッポロポテトバーベQ味
7	土	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ、焼きポテト、バナナ	牛乳 ビスケット
10	火	牛乳 バナナ	豚肉のマーメレード炒め、切干大根のサラダ、野菜スープ	牛乳 おさつスナック
11	水	牛乳 ソフトカステラ	うま煮、ほうれん草の白和え、ししゃもフライ	牛乳 パインケーキ
12	木	牛乳 ココナッツサブレ	鶏肉のごまみそ焼き、野菜の含め煮、すまし汁	牛乳 芋ぜんざい
13	金	牛乳 ウエハース	きのこご飯、春雨サラダ、トマト、白菜スープ	牛乳 あげせん
14	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん、バナナ	牛乳 ビスケット
16	月	牛乳 乳ボーロ	がんもどきのそぼろ煮、青菜のおかか和え、納豆	牛乳 もやしとちりめんのチヂミ
17	火	牛乳 アンパンマンビスケット	ぶりの照焼き、五色あえ、みそ汁、パイン缶	牛乳 キャラメルコーン、チーズ
18	水	牛乳 シガーフライ	ポトフ、白菜サラダ、ミートボール、手作りひじきふりかけ	牛乳 甘納豆蒸しパン
19	木	牛乳 アスパラガス	魚の磯辺揚げ、七草入りごま和え、じゃこ豆	牛乳 おはぎ
20	金	牛乳 こんがりさくさく	マーボー丼、ナムル、ウインナー、みかん	牛乳 つぶつぶベジタブル
21	土	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ、焼きポテト、バナナ	牛乳 ビスケット
23	月	牛乳 マンナ	五目汁、キャベツとちりめんの和え物、豆腐ナゲット、焼きのり	牛乳 シュガートースト
24	火	牛乳 バナナ	豚肉のマーメレード炒め、切干大根のサラダ、野菜スープ	牛乳 おさつスナック
25	水	牛乳 ソフトカステラ	うま煮、ほうれん草の白和え、しゅうまい	牛乳 パインケーキ
26	木	牛乳 ココナッツサブレ	がんもどきのそぼろ煮、青菜のおかか和え、小魚ごま風味	牛乳 バタークッキー
27	金	牛乳 ウエハース	赤飯、松風焼き、かぶのゆかり和え、のっぺい汁、みかん	牛乳 メロンパン
28	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん、バナナ	牛乳 ビスケット
30	月	牛乳 乳ボーロ	ポトフ、白菜サラダ、ミートボール、手作りひじきふりかけ	牛乳 甘納豆蒸しパン
31	火	牛乳 アンパンマンビスケット	魚の竜田揚げ、七福なます、刻み昆布のおかか煮	牛乳 キャラメルコーン、小魚



食べ物による窒息事故にご注意ください

一年の始まりを祝うお正月は、お雑煮やおせち料理を体験することができ、日本の食文化を知る絶好の機会です。その一方で、お正月には毎年残念な窒息事故が起こっています。事故の原因は、食べ物の形状だけでなく、子供の行動が原因になることもあります。子供が落ち着いた環境の中でよい食体験ができるように周囲の大人はしっかりと見守りましょう。

1. 重篤な窒息事故につながる食品のリスク要因

- 直径1～5cm程度
- 噛み切りにくい
- 口腔内をすべりやすい
- 一口サイズで吸い込んで食べる構造



参考:食べ物による子どもの窒息を防ぐために(消費者庁)

2. 調理の工夫

そのままでは誤嚥、窒息しやすいものでも、子供の口のサイズに合わせて切り、かじり取りやすくする等、調理を工夫します。



3. 食べ方による窒息を防ぐ

- 一口の量は無理なく食べられる量にする。
- 急いでのみ込まず、ゆっくりよく噛み砕いてからのみ込む。
- 食事の際は、お茶や水など飲んでのどを湿らせる。
- 食事中は遊ばない、歩き回らない、寝ころばない。
- 食べ物を口に入れたまま喋ったりしない。
- 食事中に、驚かせるような行動をしない。
- 乳幼児の食べ物について、その商品等に表示されている月齢などは目安であり、食べる機能の発達には個人差があるため、食べている様子をよく観察して食品を選ぶ。
- ピーナッツなどの豆類は、誤って気管支に入りやすいため、3歳頃まで食べさせない。



参考:食べ物による窒息事故防止のための情報提供について(消費者庁)



すずらん、ひまわり、さくら組は10日(火)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。