

	月	火	水	木	金	土
未満児主食	<p><b>*おやつ試食の日(予定)*</b>  <b>[2月27日(水) 石垣もち]</b></p>				1 <b>豆まき会</b>	2
副食	<p><b>*かみかみデー* 2月8日(金)</b></p> <p><b>【かみかみ食材】</b>                  鶏むね肉・大豆・こんにゃく・干椎茸・                  ごぼう・鶏ささみ・大根・わかめ</p> <p><b>★印は「かみかみメニュー」です。</b></p>				ごはん 金棒ハンバーグ マッシュポテト 人参グラッセ はんぺんスープ・ミニトマト カルピスゼリー 節分ミックス	ごはん 挽肉そぼろ 炒りたまご 青菜のお浸し 豆腐の味噌汁・みかん
おやつ						
	4	5	6	7	8 <b>かみかみデー</b>	9 <b>手作り弁当の日</b>
未満児主食	ごはん	ごはん	たまごごはん	ごはん	ごはん	牛乳
副食	がんもの含め煮 ★めかぶの和え物 なめこ汁 りんご	魚のステーキ ★ひじきのごま和え ラーメン入りかきたま汁 バナナ	鶏真薯 オーロラサラダ せんべい汁 ミニトマト	★豚肉と野菜の炒め煮 春雨の酢の物 ★油揚げの味噌汁 みかん	★五目大豆 ★深山和え ★玉ねぎとわかめの味噌汁 スイーティー	
おやつ	★芋かりんとう 牛乳	小倉蒸しパン 牛乳	すりおろしりんごゼリー せんべい	ブルーベリーケーキ 牛乳	★さつま芋入りおもち 牛乳	
	11 <b>建国記念の日</b>	12	13 <b>発表会総練習</b>	14	15	16 <b>生活発表会</b>
未満児主食		ごはん	仕出し弁当 麦茶	ごはん	しらすごはん	
副食		★豚肉の野菜巻き コーンとポテトのサラダ たまごスープ キウイフルーツ		エビカツ りんごサラダ ★わかめスープ ミニトマト	ツナとチーズのたまご焼き もやしとピーマンの中華和え 肉団子スープ りんご	
おやつ		しょうゆ団子 牛乳	ジョア ビスケット	ココアケーキ 牛乳	フルーツサンド 牛乳	
	18	19	20	21 <b>お誕生会</b>	22	23
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	カレーうどん	ごはん	ごはん
副食	魚のホイル焼き 親子サラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 いよかん	ベーコンエッグ じゃがいもサラダ すいとん汁 スイーティー	パイとハムのステーキ マカロニサラダ ワンタンスープ バナナ	鶏からあげ ブロッコリーのごま酢和え いちご	親子煮 青菜和え 南瓜といんげんの味噌汁 りんご	鶏肉のソテー コーンサラダ ★わかめとえのきのスープ バナナ
おやつ	人参ゼリー せんべい	ツナサンド 牛乳	フライドポテト 牛乳	シュークリーム 牛乳	ホットケーキ 牛乳	
	25	26	27	28	<p><b>2月の給食目標</b></p> <p>風邪や感染症予防のため、                  バランス良く好き嫌いせずに                  食べることを頑張ろう！</p>	
未満児主食	ごはん	ごはん	ひじきごはん	ごはん		
副食	★厚揚げの甘から煮 さつまいもサラダ かきたま汁 キウイフルーツ	★酢豚 キャベツの甘酢和え コンソメスープ ミニトマト	★焼きししゃも ★昆布の煮つけ 豚汁 りんご	あぶたま きゅうりと春雨の和え物 きのこスープ いよかん		
おやつ	★もちもちドーナツ 牛乳	パンナコッタ せんべい	石垣もち 牛乳	南瓜のスコーン 牛乳		

**【節分・豆まき】**  
 立春の前日のことを「節分」と呼んでいます。本来は季節の変わり目のことで、1年に4回(立春・立夏・立秋・立冬の前日)あります。旧暦では立春が年の初めだったので、節分は大晦日に相当し、前年の邪気をすべてはらってしまうという意味で「豆まき」が行われていました。豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは、「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」といわれているそうです。

**ノロウイルスに注意!**

ノロウイルスは、**感染性胃腸炎の主な原因ウイルス**です。人の小腸粘膜で増殖し、**感染力が強く**、消毒用アルコールや60℃程度の熱では死滅しません。1年を通して発生しますが、**冬季に多く発生するウイルス**です。

**\*症状** 腹痛・嘔吐・下痢・発熱(38℃以下)など、風邪に似た症状。ウイルスが体内に取り込まれてから、**24~48時間で発症**。(症状がなくても、便からウイルスが検出されることがある。ウイルスの排泄は、1ヶ月間も続く場合もある。)

今月の予定平均給与栄養量

- エネルギー …544kcal
- たんぱく質 …19.8g
- 脂質 …18.8g

**\*感染経路** ウイルスが付着した物品などを触った手指を介して感染。→**経口感染**  
 感染者の嘔吐物やふん便の飛沫や乾燥したものを吸入し感染。→**飛沫感染**  
**二枚貝を生もしくは加熱不十分で食べて感染。**

**\*予防 手洗いの徹底。**  
 (トイレ後、食事前、調理前)  
 嘔吐物やふん便などの適切な処理。  
 食品の中心温度**85℃以上で90秒以上**の十分な加熱調理。**次亜塩素酸ナトリウム**で消毒。(ハイター等)