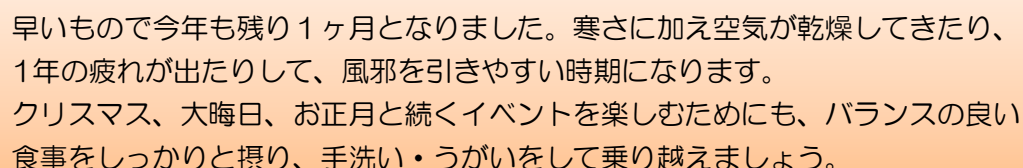


下矢作保育園

	月	火	水	木	金	土
以上児 副 食		1 ・ 炒り鶏 ・ 青菜としめじのお浸し ・ 油揚げのみそ汁 ・ みかん	2 ・ 魚の照り焼き ・ ひじきとさつま芋煮 ・ せんべい汁 ・ りんご	3 ・ がんもの含め煮 ・ 大徳寺和え ・ さつま汁 ・ みかん	4 ・ 中華ローストチキン ・ コーンポテトサラダ ・ 五目スープ ・ キウイフルーツ	5 ・ はんぺんチーズ焼き ・ キャベツの信田煮 ・ 豆腐のみそ汁 ・ みかん
おやつ		・ キャロットケーキ ・ 牛乳	・ あべかわもち ・ 牛乳	・ ピザトースト ・ 牛乳	・ 豆乳ババロア ・ せんべい	
以上児 副 食	7 ・ 肉じゃが ・ 青菜のピーナツ和え ・ にらたま汁 ・ バナナ	8 ・ 南瓜オムレツ ・ ヤーコンきんぴら ・ なめこ汁 ・ キウイフルーツ	9 ・ 白身魚のカレーソース ・ もやしのナムル ・ 若布コンスープ ・ みかん	10 ・ 五目大豆 ・ ダイコンサラダ ・ かきたま汁 ・ りんご	11 ・ 豚の角煮 ・ ごまドレッシングサラダ ・ お芋のだんご汁 ・ みかん	12 手作り弁当 ・ 幼児牛乳 
おやつ	・ ごま団子 ・ 牛乳	・ ドーナツ ・ 牛乳	・ レアチーズ ・ せんべい	・ ブルーベリーケーキ ・ 牛乳	・ フレンチトースト ・ 牛乳	
以上児 副 食	14 ・ 巣ごもり卵 ・ 三色サラダ ・ 大根汁 ・ キウイフルーツ	15 ・ 人参シチュー ・ ブロッコリーごま和え ・ にらと挽肉の卵とじ ・ りんご	16 ・ 煮魚 ・ ひじきサラダ ・ 豚汁 ・ みかん	17 ・ 鶏肉の甘辛煮 ・ チーズサラダ ・ 豆腐のみそ汁 ・ みかん	18 ・ 豆腐のドライカレー ・ シーザーサラダ ・ きのこのスープ ・ バナナ	19 ・ ハムピカタ ・ スパゲティーソテー ・ キャベツのみそ汁 ・ キウイフルーツ
おやつ	・ ヤーコン焼き餅 ・ 牛乳	・ 小倉白玉 ・ 牛乳	・ ハムサンド ・ 牛乳	・ メロンパン風ラスク ・ 牛乳	・ ココアケーキ ・ 牛乳	
以上児 副 食	21 冬至  ・ 変わり納豆 ・ 南瓜のいところ煮 ・ 味噌けんちん汁 ・ みかん	22 ・ 卵グラタン ・ キャベツ甘酢和え ・ 白菜のみそ汁 ・ ミニトマト	23 ・ ミートローフ ・ ひじきのごま和え ・ はんぺんスープ ・ キウイフルーツ	24 お誕生会  ・ チキンライス ・ エビフライ ・ カリフラワーサラダ ・ わかめスープ ・ いちご・ゼリー	25 ・ チーズハンバーグ ・ マッシュポテト ・ ベジタブルソテー ・ 卵スープ  ・ みかん	26 ・ 豚肉のみそ炒め ・ 中華風サラダ ・ キャベツのスープ ・ バナナ
おやつ	・ りんごカスタード ・ 麦茶	・ フルーツヨーグルト ・ せんべい	・ フライドポテト ・ 牛乳	・ クリスマスケーキ ・ 牛乳	・ クッキー ・ 牛乳  	
以上児 副 食	28 ・ エビ天 ・ 大根なます ・ 青菜のお浸し ・ 年越しうどん ・ りんご	8月にプランターへ植えた大根！！ 11月16日 「うんとこしょっ！」 「どっこいしょっ！」 声援を受けながら、りすくみさん一人一人に 抜いてもらいました。りすくみさんの様な かわいい大根が採れました（^^♪（^^♪  今月の1日平均栄養摂取量 エネルギー :440kcal たんぱく質 : 18.4g 脂 肪 : 19.2g 				
おやつ	・ ジョア ・ せんべい					



ノロウイルスの感染を防ごう！！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生しますが、特に冬季に流行します。原因はカキなどの二枚貝の生食による食中毒や、ヒトからヒトへの感染が主になります。感染から発症までは1～2日と短く、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱(37～38℃)などの症状が見られます。

- 手洗い**・・・トイレの後、調理前、食事前は石鹸をよく泡立てて洗ったあと、流水でよく洗い流しましょう。
- 食材の加熱**・・・二枚貝の生食は避け、火を通して食べましょう。
中心までしっかり火が通るように加熱しましょう。
- 調理器具の洗浄・除菌**・・・ノロウイルスはアルコールでは死滅しません。

毎日の洗浄を徹底し、除菌は
次亜塩素系漂白剤を
使用しましょう。



