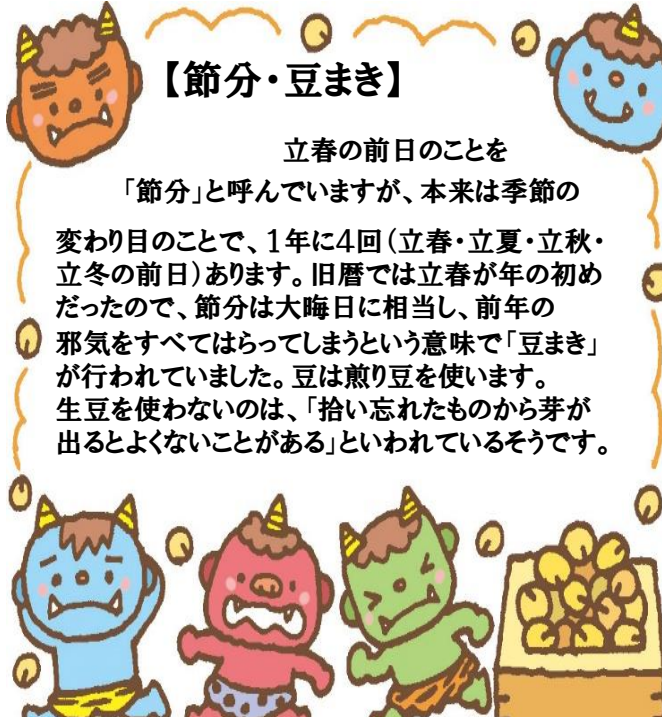


| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|--|---|---|---|---|
| 副食 |  <p>*かみかみデー* 2月8日(金)</p> <p>【かみかみ食材】 鶏むね肉・大豆・こんにゃく・干椎茸・ ごぼう・鶏ささみ・大根・わかめ</p> <p>★印は「かみかみメニュー」です。</p> | | | | <p>1 豆まき会</p> <p>金棒ハンバーグ マッシュポテト 人参グラッセ はんぺんスープ・ミニトマト</p> | |
| おやつ | <p>*おやつ試食の日(予定)* (2月27日(水) 石垣もち)</p> <p>*16:00~16:40の間、 給食展示コーナーにて ご試食してください。</p>  | | | | <p>カルピスゼリー 節分ミックス</p> | |
| | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 かみかみデー | 9 手作り弁当の日 |
| 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 | 牛乳  |
| 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 建国記念の日 | 12 | 13 発表会総練習 | 14 | 15 | 16 生活発表会 |
| 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 | 仕出し弁当 麦茶  | 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 お誕生会 | 22 | 23 |
| 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 | パインとハムのステーキ マカロニサラダ ワンタンスープ バナナ | カレーうどん 鶏からあげ フロコリーの 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>2月の給食目標</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> | |
| 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 | ★焼きししやも ★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」と呼んでいますが、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おうという意味で「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 …433kcal ○たんぱく質 …18.0g ○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)