

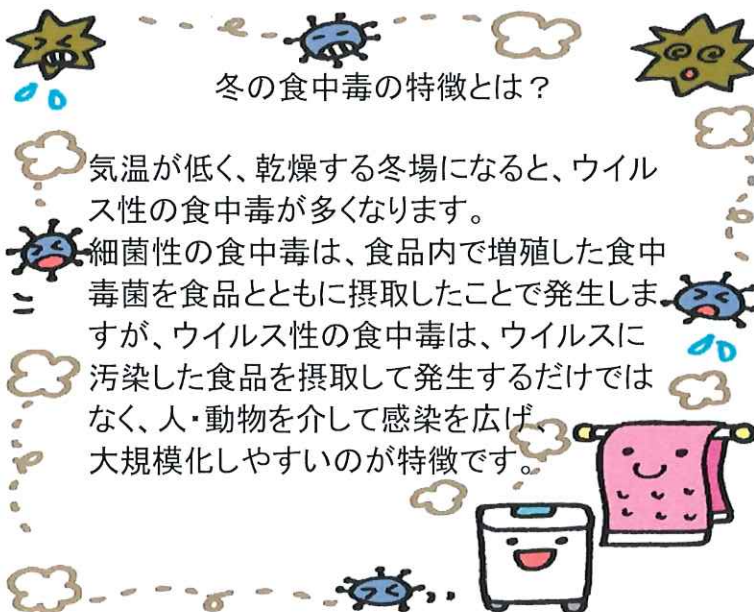


大寒が過ぎ、節分のは立春です。徐々に日が延びて、春になる準備が始まります。この時期は季節の変わり目で不順な天候が続きますが、温かい食べ物でしっかり体力をつけて、感染症を予防しましょう。



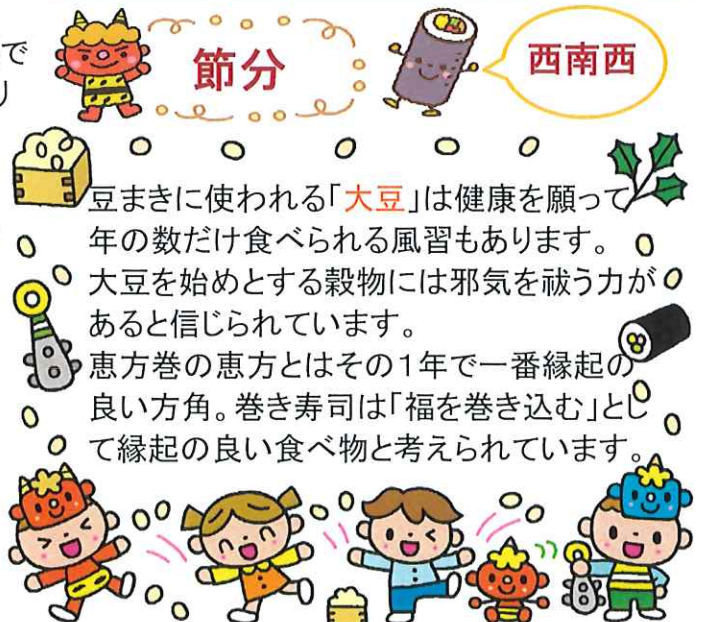
○なぜ手を洗うの？
汚れがついていなくても、手には見えない細菌やウイルスが付いています。手についた細菌やウイルスが体に入ると、風邪やインフルエンザ、食中毒などの病気にかかってしまうかもしれません。手を洗えば、細菌やウイルスを洗い流すことができます。

○どんな時に手を洗っていますか？
食事をする前、料理を作ったり配ったりする前、トイレに行った後、外から帰ってきたとき、汚れているものを触ったとき、せきやくしゃみをして手で押さえたときなど。**こまめに手を洗いましょう。**



ウイルス性(ノロウイルス)
食中毒の予防ポイント

ノロウイルスは、食品内では増えずに、体内に入り、腸で増殖します。予防のポイントは「持ち込まない」「しっかりと加熱する」「手洗いをしっかりと行う」「消毒」です。



日	曜日	朝のおやつ (3歳未満児)	昼ご飯	午後おやつ
1	土	牛乳・せんべい	五目うどん きゅうりの漬け ごはん	牛乳 ミニドーナツ
2	日			
3	月	牛乳・せんべい	から揚げ 豆腐のすまし汁 白菜の昆布和え 巻きまきおにぎり	牛乳 鬼さんパン
4	火	牛乳・卵ボーロ	魚のマヨネーズ焼き ほうれん草の菜の花風和え 里芋のみそ汁 ごはん	飲むヨーグルト バナナ
5	水	牛乳・ビスケット	ポークジンジャー もずくのすまし汁 添)きゃべつ・トマト ごはん	牛乳 卵サンドイッチ
6	木	お茶・ヨーグルト	魚のカレームニエル フロッコリーのおかか和え ベーコンチャウダー ごはん	牛乳 オレンジ おかき
7	金	牛乳・チーズ	大豆の五目煮 もやしのみそ汁 甘酢はくさい ごはん	牛乳 ポンデケーション
8	土	牛乳・せんべい	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ ごはん	牛乳 ミニパン
9	日			
10	月	牛乳・チーズ	肉じゃが きゅうりのレモン風味和え 千ゲン菜のみそ汁 ごはん	牛乳 ヨーグルトケーキ
11	火			
12	水	牛乳・ビスケット	タンドリーチキン オニオンスープ ポテトサラダ ごはん	お茶 じゃこおにぎり
13	木	お茶・ヨーグルト	魚の照り焼き 豆腐のみそ汁 こぎつねサラダ ごはん	ミルク ピーチゼリー
14	金	牛乳・ビスコ	フルコギ 中華スープ パイン缶 ごはん	牛乳 ココアラスク
15	土	牛乳・せんべい	五目うどん きゅうりの漬け ごはん	牛乳 ミニドーナツ
16	日			
17	月	牛乳・せんべい	鶏肉のワイン煮 ビーフスープ ちくわのサラダ ごはん	お茶 みるくっこ
18	火	牛乳・卵ボーロ	魚のマヨネーズ焼き ほうれん草の菜の花風和え 里芋のみそ汁 ごはん	飲むヨーグルト バナナ
19	水	牛乳・ビスケット	 えんそく(おべんとうの日)	牛乳 卵サンドイッチ
20	木	お茶・ヨーグルト	ポークジンジャー もずくのすまし汁 添)きゃべつ・トマト ごはん	牛乳 オレンジ おかき
21	金	牛乳・チーズ	 から揚げ 大根サラダ すまし汁 ごはん	牛乳 フリン
22	土	牛乳・せんべい	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ ごはん	牛乳 ミニパン
23	日			
24	月			
25	火	牛乳・せんべい	おび天 小松菜のすまし汁 添)フロッコリー・トマト ごはん	牛乳 バナナ クッキー
26	水	牛乳・ビスケット	タンドリーチキン オニオンスープ ポテトサラダ ごはん	お茶 じゃこおにぎり
27	木	お茶・ヨーグルト	魚の照り焼き 豆腐のみそ汁 こぎつねサラダ ごはん	ミルク オレンジゼリー
28	金	牛乳・ビスコ	フルコギ 中華スープ パイン缶 ごはん	牛乳 鬼蒸しパン

※都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。