



給食だより



小袖保育園

令和5年11月30日発行

日	曜	主食	献立名	おやつ
1	金	ご飯	・まさご揚げ・卵サラダ・切干大根・味噌汁・バナナ	ジョア クッキー
2	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)
4	月	ご飯	・サバの味噌煮・ナゲット・五目お浸し・味噌汁・パイナップル	牛乳 ジャムパン
5	火	ご飯	・すき焼き風煮・さつま芋サラダ・昆布煮・けんちん汁・ぶどう	ヨーグルト チョコパイ
6	水	ご飯	・八宝菜・ブロッコリーサラダ・ベーコンポテト・味噌汁・バナナ	牛乳 蒸しパン
7	木	ご飯	・ひじきハンバーグ・ウインナー・春雨サラダ・味噌汁・みかん	お茶 たこ焼き
8	金	ご飯	・シチュー・マカロニサラダ・ポパイ炒め・ミートボール・りんご	ジョア ウエハース
9	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)
11	月	ご飯	・鮭フライ・れんこんサラダ・三色お浸し・味噌汁・バナナ	牛乳 メロンパン
12	火	ご飯	・豚肉の生姜焼き・大根サラダ・ツナスパゲティ・味噌汁・りんご	ヨーグルト クッキー
13	水	/	～おゆうぎ会総練習～ ☆愛情いっぱいお弁当の日☆	そうめん
14	木	ご飯	・マーボー豆腐・春巻き・スパサラダ・肉団子スープ・みかん	牛乳 アメリカンドック
15	金	ご飯	・おでん・野菜サラダ・鶏肉のみそ焼き・ゴマ和え・バナナ	ジョア バームクーヘン
16	土	/	☆おゆうぎ会☆	♪ ごほうび ♪
18	月	ご飯	・ホッケの塩焼き・かぼちゃの甘煮・わかめサラダ・芋のこ汁・ぶどう	牛乳 ウインナーロール
19	火	ご飯	・親子煮・ポテトサラダ・かりぽり和え・味噌汁・りんご	ヨーグルト あんドーナツ
20	水	ご飯	・カレー・福神漬け・春雨サラダ・ゆかり和え・野菜スープ・みかん	牛乳 ハムサンド
21	木	ご飯	・肉じゃが・五目ひじき・ツナタマサラダ・味噌汁・バナナ	お茶 お好み焼き
22	金	パン	☆お楽しみ バイキング給食 ☆	牛乳 カップケーキ
23	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)
25	月	ご飯	・ししゃもの天ぷら・まめまめサラダ・納豆和え・味噌汁・みかん	牛乳 クリームパン
26	火	ご飯	・マカロニミート・さつま芋サラダ・五目炒め・味噌汁・りんご	ヨーグルト クッキー
27	水	ご飯	・グラタン・バンバンジー・ごほうサラダ・卵スープ・バナナ	牛乳 ドーナツ
28	木	ご飯	・五目うどん・野菜のかき揚げ・ひじき煮・ゆで卵・りんご	お茶 フランクフルト
29 く 1/3	金 く 水	/	年末・年始休み12月29日～1月3日(火)まで。 新年元気に笑顔で会いましょう(*´▽`*)	/

《給食のねらい》

☆楽しい雰囲気の中で喜んで食べる。

給食材料の寄付、ありがとうございました。

☆おしらせ☆

13日(水)は愛情いっぱいお弁当の日になります。
果物は保育園で用意します。お弁当をハンカチに
包んで持たせてください。

22日(金)は、バイキング給食をします(*´ω`*)
パン給食の為、ご飯は入りません。
(お弁当箱も持ってこなくて大丈夫です。
スプーン、フォークは持たせて下さい☆)



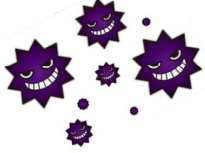
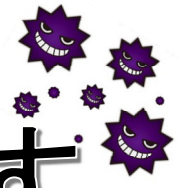
今月の目標量	エネルギー (k cal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩 (g)
3歳以上児 (副食のみ)	474	22.4	23.9	244	1.7



インフルエンザが



大流行しています



	インフルエンザ	風邪
症状	38度以上の発熱	発熱
	全身症状（頭痛、関節痛、筋肉痛など）	局所症状（のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳など）
	局所症状（のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳など）	
	急激に発症	比較的ゆっくり発症
流行の時期	1～2月がピーク ※4、5月まで散発的に続くことも	年間を通じて。特に季節の変わり目や疲れている時など

飛沫感染

- (1) 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出
- (2) 別の人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込み感染



【主な感染場所】 学校や職場、満員電車などの人が多く集まる場所

接触感染

- (1) 感染者がくしゃみや咳を手で押さえる
- (2) その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く
- (3) 別の人が、そのものに触ってウイルスが付着
- (4) その手で口や鼻を触って粘膜から感染



【主な感染場所】 電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチなど