



# 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・かりぼり和え・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☆)



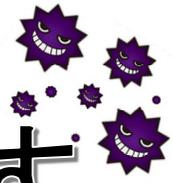
今月の目標量	エネルギー (k cal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩 (g)
3歳以上児 (副食のみ)	474	22.4	23.9	244	1.7



# 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