

給食だより

今月のお弁当の日は
16日です。

2月は1年の中で一番寒い月ですが、節分の頃には徐々に日が伸びて春になる準備が始まります。ですがまだまだ寒い日が続くので、体を温める食べ物を摂りましょう。また感染症も流行っているので日々の食事から様々な栄養を摂り丈夫な体を作りましょう。



<給食目標>
冬の食中毒や感染症に気を付ける



★食中毒の特徴★
気温が低く、乾燥する冬場はウイルス性の食中毒が多くなります。細菌性の食中毒は食品内で繁殖した食中毒菌を食品とともに摂取したことで発生しますがウイルス性の食中毒は、ウイルスに汚染された食品を摂取して発生するだけではなく、人・動物を介して感染を広げ、大規模化しやすいのが特徴。

★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ないため、①つけない(清潔・洗浄)②増やさない(迅速・冷却)③やっつける(加熱・殺菌)に加えて④ウイルスを外から持ちこまないが重要。

- ★調理場内に持ち込まない・・・毎日の健康観察を行い清潔な作業服・靴を使用します。
- ★手洗いをしっかりと行う・・・手指洗浄剤を使用し手洗いを行います。
- ★しっかりと加熱する・・・ノロウイルスは85℃以上90秒以上の加熱で失活します。
- ★消毒・・・ノロウイルスには次亜塩素酸ナトリウムが効果的です。

今年の恵方は「南南東」



★恵方巻★
節分の夜に食べる縁起物の太巻きのことです。恵方巻の具材は七福神の「7」にちなんで7種類入れると良いとされます。



鬼蒸しパン作ってみませんか！！

★鬼蒸しパン(5個分)★

- <材料>小麦粉(100g) ベーキングパウダー(2g) さつま芋(1本) 砂糖(30g) 水(20ml)
<作り方>①さつま芋はサイコロ型に切りレンジで柔らかくしておく。
②小麦粉とベーキングを混ぜ合わせ水と砂糖を入れてさっくり混ぜる。
③②の中にさつま芋を入れてアルミカップに分ける。
④蒸し器で焼く10分蒸して出来上がり！！

令和8年 予定 献立

2月		主食 及び 献立名	3時のおやつ	未満児追加
2	月	ごはん 肉じゃが わかめの酢の物 小松菜のみそ汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 クッキー
17	火	ごはん おび天 添え野菜 もずくのすまし汁	牛乳 果物 お菓子	ヨーグルト
4	水	パン タンドリーチキン 18 ポテトサラダ オニオンスープ	お茶 じゃこおにぎり	牛乳 コーンフレーク
5	木	ごはん 魚の照り焼き 19 こぎつねサラダ 豆腐のみそ汁	お茶 プリン お菓子	牛乳 ビスケット
6	金	ごはん 肉野菜炒め わかめスープ 6 きゅうりのレモン和え	牛乳 鬼蒸しパン	牛乳 ビスコ
7	土	ごはん 五目うどん 21 きゅうりの漬け	牛乳 みかん お菓子	牛乳 卵ボーロ
9	月	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ちくわのサラダ ビーフンスープ	お茶 みるくっこ	牛乳 ビスケット
10	火	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 24 ほうれん草の和え物 里芋のみそ汁	牛乳 麩のラスク	ヨーグルト
25	水	ごはん ポークジンジャー 添え野菜 しめじと大根のみそ汁	牛乳 卵サンド	牛乳 せんべい
12	木	ごはん 魚のカレームニエル 26 ブロッコリーの和え物 ベーコンチャウダー	牛乳 果物 お菓子	牛乳 卵ボーロ
13	金	ごはん 炒り豆腐 甘酢白菜 27 玉ねぎとかぼちゃのみそ汁	牛乳 ポンデーション	牛乳 コーンフレーク
14	土	パン キャベツとツナの Pasta 28 チンゲン菜スープ	牛乳 果物 お菓子	牛乳 せんべい
20	誕生会	鬼さんドライカレー 野菜サラダ フライドチキン ポテトサラダ ミニゼリー イチゴ	牛乳 蒸しケーキ	牛乳 ビスコ