

11月予定献立表



広田保育園

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------|--|---|---|---|---|---|
| 以上児 副食 おやつ | <p>今月の1日平均栄養摂取量</p> <p>エネルギー：437kcal たんぱく質：18.2g 脂肪：18.7g</p> <p>インフルエンザを予防しよう! マスクをしよう! 手をあらおう!</p> | | | 1 | 2 | |
| | | | | | <ul style="list-style-type: none"> マカロニグラタン みそドレッシングサラダ 春雨スープ ぶどう | <ul style="list-style-type: none"> 鶏ごま煮 三色ソテー 牛乳 オレンジ |
| | | | | | <ul style="list-style-type: none"> 豆銀糖 牛乳 | |
| 以上児 副食 おやつ | 4 文化の日 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 保育参観日 |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 肉豆腐 さつま芋サラダ もやしの味噌汁 キウイフルーツ | <ul style="list-style-type: none"> 魚の照り焼き ひじきのごま和え せんべい汁 かき | <ul style="list-style-type: none"> 春巻き 南瓜含め煮 利久和え わかめスープ ミニトマト | <ul style="list-style-type: none"> 南瓜オムレツ オーロラサラダ お芋の団子汁 りんご | <ul style="list-style-type: none"> 変り納豆 ブロッコリーの ごま酢和え もやしの味噌汁 バナナ |
| | | <ul style="list-style-type: none"> パンナコッタ せんべい | <ul style="list-style-type: none"> アメリカンドック 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ふかし芋 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ピーナツサンド 牛乳 | |
| 以上児 副食 おやつ | 11 | 12 | 13 | 14 お誕生会 | 15 | 16 手作り弁当の日 |
| | <ul style="list-style-type: none"> 鮭のきのこ クリームソース アスパラサラダ ベーコンスープ ミニトマト | <ul style="list-style-type: none"> みそおでん 青菜のごま和え すまし汁 バナナ | <ul style="list-style-type: none"> 豚肉と野菜の 炒め物 大豆サラダ キャベツの味噌汁 なし | <ul style="list-style-type: none"> 赤飯 鶏からあげ ブロッコリーのお浸し しめたま汁 みかん | <ul style="list-style-type: none"> ハワイアンポークソテー 青菜のソテー マッシュポテト 卵スープ りんご | <ul style="list-style-type: none"> 牛乳 |
| | <ul style="list-style-type: none"> フルーツゼリー せんべい | <ul style="list-style-type: none"> ヤーコン焼き餅 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> 南瓜ドーナツ 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ケーキ 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ハムサンド 牛乳 | |
| 以上児 副食 おやつ | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 勤労感謝の日 |
| | <ul style="list-style-type: none"> マーボー豆腐 拌三糸 ささみスープ キウイフルーツ | <ul style="list-style-type: none"> 炒り鶏 大徳寺和え なめこ汁 かき | <ul style="list-style-type: none"> 茹で卵 ミートソースかけ ジャーマンポテト きのこのスープ バナナ | <ul style="list-style-type: none"> チキンナゲット ツナサラダ さつま汁 ぶどう | <ul style="list-style-type: none"> ローストチキン シーフードサラダ 若布コンスープ りんご | |
| | <ul style="list-style-type: none"> スイートポテト 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> 石垣もち 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> きな粉揚げパン 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ごまだれだんご 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> 豆乳ババロア せんべい | |
| 以上児 副食 おやつ | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | <ul style="list-style-type: none"> 煮魚 青菜の煮びたし 豚汁 かき | <ul style="list-style-type: none"> 豆腐ハンバーグ 豚肉とピーマンの 炒め物 ミネストローネ りんご | <ul style="list-style-type: none"> 焼きビーフン コーンサラダ すいとん汁 ミニトマト | <ul style="list-style-type: none"> かに玉 ヤーコンサラダ 五目ラーメン みかん | <ul style="list-style-type: none"> カレー スパゲティサラダ 鶏ひき肉スープ なし | <ul style="list-style-type: none"> ハムピカタ ほうれん草サラダ 牛乳 ミニトマト |
| | <ul style="list-style-type: none"> りんごカスタード 麦茶 | <ul style="list-style-type: none"> じゃこトースト 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> 五平もち 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ピザポテト 牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> りんごケーキ 牛乳 | |

知っておこう！感染経路と予防法

接触感染

発病者に接触することで感染
病原性大腸菌・サルモネラ菌・
腸炎ビブリオ・カンピロバクター菌・
ポツリヌス菌・ヘルパンギーナ・手足
口病・とびひ・流行性結膜炎・急性出
血性結膜炎・感染症胃腸炎(嘔吐
下痢症)など



→ 手洗いで高い予防効果

飛沫感染

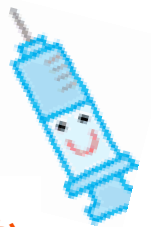
くしゃみやせきなどで
飛び散った唾液から感染
プール熱・
インフルエンザ・
りんご病・
おたふくかぜなど



→ うがいで高い予防効果

空気感染

くしゃみ、せきなどで
飛び出したウイルスが、
空気中に浮遊して感染
水ぼうそう・結核・
はしかなど



→ 予防接種および
感染者に近づか
ないことで予防

じょうずな手の洗いかた

しっかりと洗い、ばい菌を流しましょう

| | | | | |
|------------------|------------------|------------------|-------------|--------------|
| 1 腕まくりをする | 2 水道水で手をぬらす | 3 せっけんをしっかりと泡立てる | 4 手のひら、甲を洗う | 5 指と指の間を洗う |
| 6 親指を反対の手でつつんで洗う | 7 よくこすって、つめの間を洗う | 8 手首を洗う | 9 せっけんを流す | 10 清潔なタオルでふく |

