

\*\*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \*

# 給食メニュー



七飯ほんちょう保育園

日	曜	主食	副食	3時おやつ
1	日		〈年始休園日〉	
2	月		〈年始休園日〉	
3	火		〈年始休園日〉	
4	水		〈年始休園日〉	
5	木	パン	スープヌードル、ベーコンオムレツ、三色サラダ	牛乳、昆布おにぎり
6	金	ごはん	五目汁、さけのきのこみそ焼き、ひじきの煮物	牛乳、ココアホットケーキ
7	土	ごはん	ハヤシライス、みかんヨーグルト	牛乳、ジャムパン
8	日			
9	月		〈成人の日〉	
10	火	ごはん	豆腐と油揚げのみそ汁、豚肉のすき焼き風煮物、切干し大根のサラダ	牛乳、おから蒸しパン
11	水	ごはん	じゃが芋とごぼうのみそ汁、はんぺんのチーズサンドフライ、キャベツのツナマヨネーズあえ	牛乳、簡単ピザ
12	木	パン	ミネストローネスープ、ミートローフ、ブロッコリーのマヨネーズあえ	麦茶、牛乳もち
13	金	ごはん	さつま汁、ししゃもの唐揚げ、ほうれん草のナムル	牛乳、シュガートースト
14	土	ごはん	親子丼、もやしとわかめのみそ汁	牛乳、あんぱん
15	日			
16	月	ごはん	かぼちゃと長ねぎのみそ汁、厚揚げのそぼろ煮、白菜ののりあえ	牛乳、おやつちゃんぼんラーメン
17	火	ごはん	中華風コーンスープ、鶏肉の胡麻ソースからめ、春雨サラダ	牛乳、スコーン
18	水	ごはん	シーフードカレー、きゅうりとコーンのサラダ、杏仁豆腐	牛乳、パウンドケーキ
19	木	パン	豆乳スープ、キャベツと豚肉の重ね蒸し、マカロニサラダ	牛乳、お誕生会おたのしみおやつ
20	金	ごはん	小松菜となめこのみそ汁、サバのごま照り焼き、じゃが芋炒め	牛乳、パンせんべい
21	土	ごはん	ホワイトシチューライス、バナナ	牛乳、ジャムサンドクラッカー
22	日			
23	月	ごはん	キャベツのみそ汁、豚肉の香味焼き、ひじきとほうれん草のサラダ	牛乳、豆乳フレンチトースト
24	火	ごはん	切干しと里芋のみそ汁、厚焼き卵、れんこんのきんぴら	牛乳、おからチーズドーナツ
25	水	☆不要です	ソース焼きそば、きのこのスープ、みかん	麦茶、フルーチェ
26	木	パン	野菜スープ、肉コーンコロッケ、せん野菜	牛乳、おやつ雑炊
27	金	ごはん	白菜と厚揚げのみそ汁、赤魚といんげんの煮付け、ブロッコリーのごまあえ	牛乳、白玉きなこ
28	土	ごはん	カレーライス、フルーツカクテル	牛乳、レーズンパン
29	日			
30	月	ごはん	なすと玉ねぎのみそ汁、大豆の天ぷら、きゅうり酢の物	牛乳、人参カップケーキ
31	火	ごはん	大根と油揚げのみそ汁、肉じゃが、小松菜のおかかあえ	牛乳、プリン

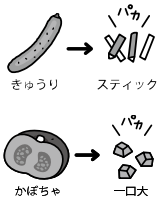
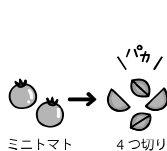
☆3歳児以上は主食を持参して下さい。

## 食べ物による窒息事故を防ぐ

一年の始まりを祝うお正月は、お雑煮やおせち料理を体験することができ、日本の食文化を知る絶好の機会です。その一方で、お正月には毎年残念は窒息事故が起っています。事故の原因は、食べ物の形状だけでなく、子どもの行動が原因になることもあります。子どもが落ち着いた環境の中でよい食体験ができるように周囲の大人はしっかり見守りましょう。

### ○調理で防ぐ

そのままでは誤嚥、窒息しやすいものでも、子どものロサイズに合わせて切り、かじり取りやすくする等、調理を工夫する事でその危険性は低くなります。



### 窒息時の対処法

- 1, 119番通報をする。
- 2, 可能であれば咳をさせる。
- 3, 詰まったものを出させる。
  - ① 立てひざをする。
  - ② 太ももにうつぶせにした子のみぞうちが圧迫されるように乗せる
  - ③ 子の頭を身体より低くする
  - ④ 異物が取れるまで、背中の中を平手で叩く

