



給食だより 12月号!



12月になりました。
寒さも厳しくなり風邪などひきやすい時期です。
みんなで元気に新しい年を迎えられる準備をしましょう。



食育目標 / ノロウイルスによる食中毒を予防しよう

冬に流行する感染性胃腸炎の主な原因となるノロウイルスは、食中毒の発生件数・患者数ともに第1位の原因になっています。感染力が非常に強く、少量のウイルスでも感染・発症します。

感染経路は…

《喫食で感染》

◎ウイルスが付着した食品を食べて感染



《接触感染》

◎嘔吐物や便に触れた手指からの感染
◎ドアノブやトイレで手に付着したウイルスからの感染



《飛沫感染》

◎嘔吐物や便から空気中に飛び散ったウイルスを接種したことによる感染



予防対策は…

- ◆石けんでよく手を洗いましょう。
- ◆感染した人の便や嘔吐物は、使い捨ての手袋やキッチンペーパーなどを使って処分し、直接触れないようにしましょう。
- ◆調理をする場合は、よく加熱（85℃で1分以上）しましょう。また、あさりやしじみ・カキなどの二枚貝は、海水中でウイルスを濃縮・蓄積するため汚染リスクが大きいと考えられています。



今月のメニュー紹介 クリスマスメニュー

- | | |
|-----------|----------|
| <ランチ> | <おやつ> |
| ・ケチャップライス | ・ガトーショコラ |
| ・ローストチキン | |
| ・ポテトサラダ | |
| ・コンソメスープ | |



旬の食材

お芋のような食感♪ ゆいね



ゆいねとは、食べられる種類のゆりの葉が変形したものです。
加熱するとホクホクとした食感が味わえます。
昔から薬の代わりに使われていて、咳を止めたり気分を落ちつけたりする効果があるといわれています。

日本の味



ねばねばパワー♪ 納豆



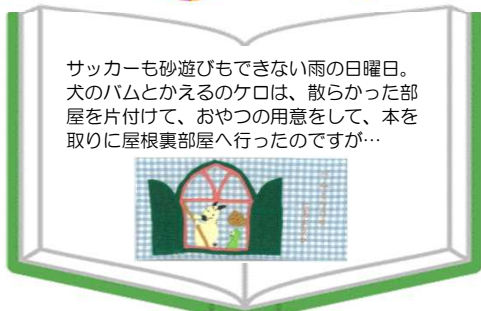
納豆とは、煮た大豆を納豆菌で発酵させた食品で、特有のかおりとねばねばした糸を引くのが特徴です。
主な材料の大豆は畑の肉と呼ばれるほど栄養が豊富で、納豆にも体に必要な栄養素がバランスよく含まれています。

☆今年度は絵本に出てくる料理や絵本にちなんだメニューが、ランチやおやつに登場します♪

こんげつのえほん

12月 第9回目は…

「バムとケロのにちようび」です!!



サッカーも砂遊びもできない雨の日曜日。
犬のバムとかえるのケロは、散らかった部屋を片付けて、おやつを用意して、本を取りに屋根裏部屋へ行ったのですが…

☆ものがたりメニュー☆ ～山盛りドーナツ～



写真はイメージです