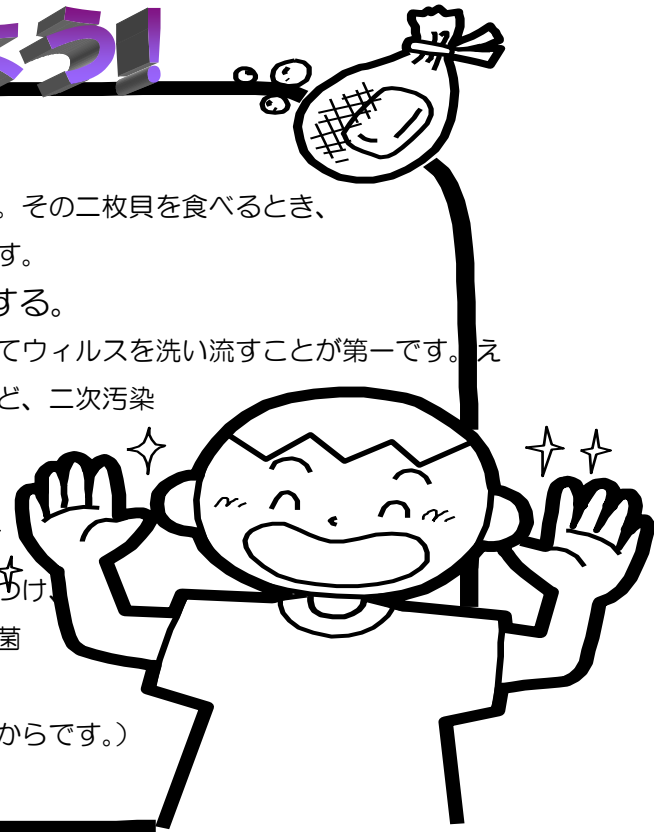


「ノロウィルス」に注意しよう!

「ノロウィルス」の特徴

- ① ノロウィルスによる感染性の胃腸炎は一年を通して発生しますが、**特に冬に多く流行**します。
- ② **手指や、食品から体へ入り、人の腸の中で増えます。**すると、おう吐・下痢・腹痛・発熱などの症状をおこします。
- ③ 予防のワクチンなどはなく、**感染しないように予防する**しかありません。

- ① 食品の調理時、**しっかり加熱**する。
(人による環境汚染で二枚貝が汚染されます。その二枚貝を食べるとき、十分に火を通すことでウィルスは死滅します。)
- ② 特に、**用便後の手洗いをしっかり**とする。
(石鹸を使い手首から指先までしっかり洗ってウィルスを洗い流すことが第一です。え洗った手を拭くとき個人毎のタオルにするなど、二次汚染に気をつけましょう。)
- ③ 嘔吐物の**処理を**しっかり。
(ノロウィルスは少ない数で発症します。嘔吐物等の処理については、手袋やマスクを**つけ**、乾く前に完全に除去、塩素系漂白剤で殺菌しましょう。
(乾燥することで空気中に飛散する恐れもあります。))



| ねらい | 日曜 | 予 定 献 立 名 <small>献立は変更になる場合があります</small> | 使用食品のおもなはたらき | | |
|---------------|------|--|---------------------------------------|---|--|
| | | | きいろのなかま <small>熱やちからのもとになる</small> | あかのなかま <small>体をつくるもとになる</small> | みどりのなかま <small>体のちょうしをととのえる</small> |
| ※ | 1 金 | ごはん 牛乳 いわしのうめしょうゆに <u>ひじきのにも</u> じゃがいもじる <u>ぶくまめ</u> (※ よくかんで食べよう) | ごはん あぶら さとう じゃがいも | 牛乳 いわし あぶらあげ ひじき だいず わかめ みそ | うめ にんじん こんにやく あおな たまねぎ |
| かぜに負けない食事をしよう | 4 月 | ごはん 牛乳 <u>ぶたにくのしょうがやき</u> <u>ブロッコリー おでん</u> おこめのタルト 【西根小学校6年生作成献立】 | ごはん あぶら さとう ごま タルト | 牛乳 ぶたにく こんぶ ちくわ さつまあげ がんも うすらたまご | たまねぎ しょうが ブロッコリー だいこん にんじん こんにやく |
| | 5 火 | <small>しよくいくきょうしつ</small> 6年食育教室 (全校生の昼食を作ってもらいます。) | | | |
| | 6 水 | ごはん 牛乳 <u>ほっけのしおやき</u> 県産だいずのものにもの <u>だいこんじる</u> (授業参観・学級懇談会) | ごはん さとう | 牛乳 ほっけ だいず こんぶ さつまあげ わかめ みそ | にんじん こんにやく ごぼう だいこん |
| | 7 木 | ごはん 牛乳 <u>みそあじたまごやき</u> ネーブル <u>キャベツのしょうがあえ</u> <u>県産ねぎをつかったすきやきふう</u> に | ごはん さとう | 牛乳 たまご みそ わかめ きゅうにく やきどうふ | ほうれんそう キャベツ にんじん しょうが はくさい こんにやく えのき しゅんぎく ねぎ ネーブル |
| | 8 金 | <u>カレーライス</u> ぶくじんづけ 牛乳 かいそうサラダ <u>いちご</u> | ごはん あぶら じゃがいも カレールウ | 牛乳 ぎゅうにく チーズ わかめ こんぶ | たまねぎ にんじん グリンピース ぶくじんづけ キャベツ いちご |
| 郷土料理・特産物を味わおう | 11 月 | けん こく き ねん ひ 建 国 記 念 の 日 | | | |
| | 12 火 | スパゲティミートソース 牛乳 <u>県産はくさいのサラダ</u> ポンカン | スパゲティ あぶら こむぎこ さとう | 牛乳 ぶたにく こなチーズ | にんじん だいこん トマト コーン はくさい だいこん きゅうり ポンカン |
| | 13 水 | ごはん 牛乳 しおマスやき <u>あらめにつけ</u> もやしのみそしる | ごはん さとう | 牛乳 しおマス あらめ わかめ さつまあげ あつあみそ | にんじん こんにやく もやし |
| | 14 木 | ごはん 牛乳 ハンバーグ <u>県産だいこんのたらこ</u> キャベツじる チョコプリン | ごはん さとう あぶら チョコプリン | 牛乳 ぶたにく たらこ あぶらあげ みそ | だいこん パプリカ こんにやく キャベツ あおな |
| | 15 金 | ごはん 牛乳 チンジャオロースー <u>ブロッコリー</u> <u>県産ねぎいりとうふスープ</u> | ごはん ごまあぶら でんしゅ | 牛乳 ぶたにく とうふ ベーコン | ピーマン にんじん たけのこ ブロッコリー ほしいたけ ねぎ |

※ 献立表では「ねらい」の料理を「太字・斜め字にして下線を引いて」います。

2月の献立から・・・

西根小学校6年生から・・・
(4日の献立)

冬は、体が冷えやすくなります。すると
かぜやインフルエンザにかかりやすくなるので、体をあたためるように、おでんの献立を考えました。

また、豚肉やうずらの卵、ねり製品、大豆製品など、さまざまな食べ物から、かぜ予防には欠かせないたんぱく質がとれるように考えました。

寒河江小学校6年生から・・・
(18日の献立)

この献立のテーマは「根菜をたくさん食べて、体ぽっかぽっかです。寒い冬のときに、根菜類をしっかりとって、体を温め寒さを乗り切ろうと考えて献立を立てました。

主菜、副菜、汁物の全てに根菜類を取り入れ、できるだけ、たくさんの量を食べられるように工夫しました。
ごぼう、にんじん、大根などを積極的に食べて、寒さに負けない体をつくりましょう。

節分の豆まきと行事食（2月3日が節分）

給食では2月1日に献立を組みました。

暦の上で、冬から春に切り替わる「立春」の前日に「豆まきをします。新しい春を迎えるために、いろいろな悪いことを追い払おうという気持ちをこめて行うものです。

悪いことを鬼になぞらえて、豆で追い払い、更に「いわし」を料理に使い、出て行った鬼がまた戻ってこないようにという「いわれ」からです。



ゆでたまご

カレーライスと自分で殻をむいて食べるゆでたまごがついた日のことです。調理師さんは子ども達が「上手に殻がむけるかな？」と心配していました。1年生の男の子が「ゆでたまご、ひさしぶりで食べただけどおいしかったよ。カレーに入れて食べました。」とうれしそうに調理師さんに話してくれました。

また、はじめてたまごの殻をむいた子どもは、「殻がむけた」といきいきしていました。

これからも、給食をとおして多くのことを学び身につけてほしいと思います。

おなかのなかま

No. 205



| ねらい | 日曜 | よ 予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります | 使用食品のおもなはたらき | | |
|-------------|-----|--|---------------------------------------|----------------------------------|---|
| | | | きいろのなかま 熱やちからのもとなる | あかのなかま 体をつくるもとなる | みどりのなかま 体のちょうしをととのえる |
| 根菜類について知ろう | 18月 | ごはん 牛乳 <u>れんこんのはさみあげ</u> <u>きんぴらごぼう</u> とんじる みかん 【寒河江小学校6年生作成献立】 | ごはん こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら ごま じゃがいも | 牛乳 えび さつまあげ ぶたにく みそ | れんこん ごぼう にんじん こんにゃく きぬさや だいこん ねぎ みかん |
| | 19火 | <u>みそラーメン</u> 牛乳 ポークシューマイ ポンカン | ちゅうかめん あぶら ごまあぶら こむぎこ | 牛乳 ぶたにく なると みそ | コーン たけのこ ねぎ キャベツ もやし にんじん たら ポンカン |
| | 20水 | ごはん 牛乳 ぶりかけ <u>フィレオチキン</u> ゆでやさい <u>はくさいとコーンのスープ</u> (6年バイキング) | あぶら こむぎこ | 牛乳 とりにく ベーコン | キャベツ ピーマン はくさい コーン にんじん |
| | 21木 | ごはん ぶりかけ 牛乳 <u>ちくぜん</u> 県産はくさいのみそしる てづくりプリン | ごはん あぶら プリン | 牛乳 とりにく あつあげ わかめ みそ | にんじん れんこん たけのこ ごぼう ほししたけ はくさい |
| | 22金 | ごはん 牛乳 イカフライ いそべあえ <u>さつまじる</u> | ごはん あぶら パンこ さつまいも | 牛乳 イカ のり みそ ぶたにく あぶらあげ | キャベツ にんじん あおな ねぎ |
| はくさいについて知ろう | 25月 | ごはん <u>なっとう</u> 牛乳 ささかまのおこのみあげ あさづけ なめこじる | ごはん こむぎこ あぶら | 牛乳 なっとう ささかま のり とうふ みそ | ねぎ はくさい きゅうり にんじん なめこ ねぎ |
| | 26火 | きなこパン 牛乳 バンバンジー <u>オニオンスープ</u> (なかよし給食) | コッペパン あぶら さとう ごまあぶら ごま | 牛乳 きなこ とりにく ベーコン | にんじん きゅうり もやし たまねぎ コーン あおな |
| | 27水 | ごはん 牛乳 <u>さばのしおやき</u> キャベツのごまかけ 県産ねぎいりすいとんじる | ごはん さとう ごま こむぎこ | 牛乳 さば だいず ぶたにく あぶらあげ | キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ほししいたけ ねぎ |
| | 28木 | <u>おたのしみどんぶり</u> 牛乳 <u>はくさいのにびたし</u> とうふじる | ごはん あぶら さとう | 牛乳 たまご さつまあげ とうふ わかめ みそ | にんじん グリンピース はくさい いんげん ねぎ |

※ 献立表では「ねらい」の料理を「太字・斜め字にして下線を引いて」います。