

給食だより11月

すっかり寒くなってまいりましたね。あっという間に秋がすぎ

もうすぐ冬が来ていますね。先日のいも煮、会々天候が 2025. 11. 1 中見北ゆりかご保育園

いも煮を美味しくいただき無事に行事を行いました。さて、今年も残すところはあと2か月!!

気温の変化や乾燥で体調を崩しやすい時期ですが、しっかり対策をして備えましょう!

		主 食	副 食	午後のおやつ
1	土	あんかけうどん	ツナじやが 甘酢大根	おかし 果物
4	火	ごはん	めそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) キャベツのソーメン サバの照り焼き じゃがいも	ドーナツ きなこせんべい
5	水	とりそばうどん	めそ汁(白身・豆腐) ヤーコン・じゃがいも 揚げ豆腐	レーズン・ヨーキ 煮み
6	木	ごはん	めそ汁(大根・小松菜) ぶなしやぶ 魚の照り焼き 高野豆腐・わかめの煮物	ソーヤ風わか きん棒
7	金	スパゲティ ミートソース	ほうれん草とリンゴのサラダ	和風ヨーハン サブレ
8	土	味噌うどん	芋の煮、じゃが 甘酢レンコン	おかし 果物
10	月	ゆかりごはん	めそ汁(キャベツ・人参) じゃがいも 火炙り魚(サバ) 長ねぎの煮物	黒ごきん棒 バナナ
11	火	いも	サバ・キャベツ チキンソテー きん棒	トートソー おにぎり
12	水	ごはん	めそ汁(大根・玉ねぎ) じゃがいも 魚の照り焼き 高野豆腐・わかめの煮物	バナナ バナナケーキ
13	木	ごはん	めそ汁(白身・豆腐) じゃがいも 魚の照り焼き 高野豆腐・わかめの煮物	バナナ バナナケーキ
14	金	スパゲティ ナポリタン	かぼちゃサラダ	バナナ バナナケーキ
15	土	わかめうどん	大根と厚揚げの煮物 甘酢さやうり	おかし 果物
17	月	ごはん	めそ汁(大根・小松菜) もやし・豆腐の炒め サバの照り焼き キャベツのめし	バナナ バナナケーキ
18	火	いも	コン・キャベツ オムレツ・キャベツ	バナナ バナナケーキ
19	水	きつねうどん	清汁(豆腐・野菜) フライパン じゃがいも・キャベツ	バナナ バナナケーキ
20	木	わかめうどん	めそ汁(キャベツ・人参) じゃがいも 魚の照り焼き 高野豆腐・わかめの煮物	バナナ バナナケーキ
21	金	肉味噌 スパゲティ	じゃがいも・キャベツのサラダ	バナナ バナナケーキ
22	土	チャンポン風うどん	かぼちゃの煮物、甘酢大根	おかし 果物
25	火	ごはん	めそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ほうれん草・じゃがいも ポークの照り焼き じゃがいも	バナナ バナナケーキ
26	水	ごはん	めそ汁(大根・豆腐) ヤーコン・じゃがいも マーボー豆腐	バナナ バナナケーキ
27	木	ごはん	めそ汁(白身・厚揚げ) じゃがいも サバの味噌煮、大根とキャベツの煮物	バナナ バナナケーキ
28	金	ツナカレー	キャベツとじゃがいもの煮物	バナナ バナナケーキ
29	土	五目うどん	野菜の旨煮、ブロッコリー	おかし 果物

11月の
予定

19日(水)

11月の
お話し会



ノロウイルスを
予防するためには...?

① 正しい手洗い

水に付け、手足を洗う、
30秒以上指先・指の間・
爪の間・親指のまわり・
手のひらのしわの部分
など、しっかり洗います!

② 十分な加熱

ノロウイルスは、高熱
に弱く「85~90℃以上で
90分間以上の加熱」で
不活化します。

③ しっかり消毒

ノロウイルスに対しては、
アルコールや漂白剤で
効果は期待できません。

<ノロウイルス感染症に気を付けよう>

ノロウイルスは、飲食物を介して感染する「食中毒」と人から人に感染する「感染症」の2つの種類があります。感染力がとても強く、1年を通じて発生しますが、特に冬に多発します。主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱(38℃以下)などで、通常は発症後3日程度で軽快しますが、抵抗力の弱い子どもや高齢者などは重症化することがあります。