

# 2月



にじのはし

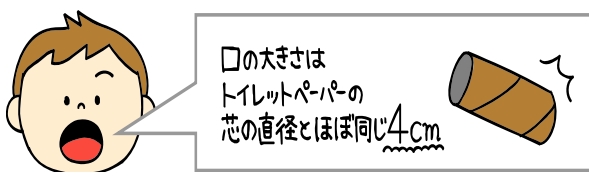
日	曜	主食	副食	3時おやつ
1	月	ごはん	春雨と卵のスープ、八宝菜、ほうれん草のナムル	牛乳、かぼちゃケーキ
2	火	ごはん	さつま芋とわかめのみそ汁、厚焼き卵、切干し大根の旨煮	牛乳、芋もち
3	水	ごはん	豚肉のみそ丼、どさんこ汁、人參シリシリ	牛乳、ホットケーキ
4	木	パン	マカロニスープ、鶏肉のクリーム煮、ほうれん草とベーコンのソテー	牛乳、みそ焼きおにぎり
5	金	ごはん	五目みそ汁、白身魚のフライ、キャベツの胡麻マヨネーズ	牛乳、小倉ミルクゼリー
6	土	ごはん	カレーライス、野菜スープ、フルーツカクテル	牛乳、豆パン
7	日			
8	月	ごはん	玉ねぎとわかめのみそ汁、豚肉とじゃが芋の南蛮煮、小松菜のおかかあえ	牛乳、バナナケーキ
9	火	ごはん	なすと玉ねぎのみそ汁、チキンみそカツ、きゅうりの華風サラダ	牛乳、さつまいもかりんとう
10	水	めん	じゃこねぎおにぎり、ちゃんぽんラーメン、杏仁豆腐	牛乳、肉まん蒸しパン
11	木		〈建国記念日〉	
12	金	ごはん	すいとん汁、鮭の照り焼き、キャベツの炒め煮	牛乳、ココアプリン
13	土	ごはん	豆腐と野菜のあんかけ丼、もやしとわかめのみそ汁、オレンジ	牛乳、クリームパン
14	日			
15	月	ごはん	キャベツのみそ汁、豚肉のしょうが焼き、コロコロサラダ	牛乳、フルーツ白玉
16	火	ごはん	中華スープ、ピーマンの細切り炒め、餃子	牛乳、どら焼き
17	水	ごはん	冬野菜のカレーライス、白菜とハムのスープ、りんご	牛乳、さつま芋のパウンドケーキ
18	木	パン	野菜スープ、きのこのオムレツ、ブロッコリーのマヨネーズあえ	牛乳、じゃこおかかおにぎり
19	金	ごはん	豚汁、さばの塩焼き、ひじきの五目煮	牛乳、おやつチリドッグ
20	土	ごはん	プルコギ丼、わかめスープ、バナナ	牛乳、ジャムパン
21	日			
22	月	ごはん	豚肉となめこのみそ汁、家常豆腐、白菜のじゃこドレッシング	牛乳、さつま芋のガレット
23	火		〈天皇誕生日〉	
24	水	めん	鮭おにぎり、田舎うどん、みかん	牛乳、ココアマフィン
25	木	パン	ポテトスープ、ミートローフ、パスタサラダ	牛乳、豆乳もち
26	金	ごはん	けんちん汁、白身魚の天ぷら、ほうれん草のごま和え	牛乳、ピザトースト
27	土	ごはん	ハヤシライス、きのこのスープ、フルーツヨーグルト	牛乳、あんぱん
28	日			

## 食べものによる窒息事故を防ぐ

小さな子どもは、のどが狭く、飲み込んだり、吐き出したりする力が弱いため、口に入れたもので、のどを詰まらせ、誤嚥や窒息を起こすことがあります。事故の原因は、食べものの形状だけではなく、子どもの「食べ方」や「行動」が原因になることもあります。安全な食環境の中で、子どもにとって最適な食体験ができるように配慮しましょう。

### ●誤嚥や窒息の原因につながる食品

3歳の子どもの口の大きさは直径約4cm。これよりも小さいものは子どもの口にすっぽり入り、どんなものでも窒息の原因になる危険があります。



### ・窒息事故の原因食品

食品	件数	食品	件数
菓子類(マシュマロ、ゼリー、団子など)	11	肉類(焼肉、唐揚げなど)	3
果実類(りんご、ぶどうなど)	5	その他の食品(餅、寿司、チーズ、そうめん)	8
パン(ホットドッグ、菓子パンなど)	4	その他原因不明	72



節分の豆まきの「豆」に注意

危険性が高い食品なので、子どもに与えないだけでなく、近くに置かないように気を付けましょう。

