



※△※○※△※○※

## 献立表

※○※△※○※△※



2020年 10月

ニセコ町幼児センターきらっと

日	曜日	行事	献立名	3時のおやつ
1	木		ごはん すきやき風煮 かぼちゃのチーズ焼き 味噌汁 果物	ごま芋もち
2	金		スパゲティナポリタン しらす和え 清まし汁 果物	おかか・チーズごはん
3	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
4	日		休園	
5	月		ごはん 豚肉のしょうが焼き さつま芋の天ぷら 味噌汁 果物	ミルクパン
6	火		麦ごはん 煮魚(赤魚) アサリ入りナムル 味噌汁 果物	すいとん
7	水		ごはん ホッケのカレー風味焼き キャベツのサラダ 豚汁 果物	フレンチトースト
8	木		ごはん スペニッシュオムレツ 白雪サラダ わかめスープ 果物	フルーツヨーグルト
9	金	くま組見学旅行	ちゃんこうどん 豆のサラダ チーズ 果物	人参・しらすごはん
10	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
11	日		休園	
12	月		ごはん 焼き魚(さば) もやし中華和え 味噌汁 果物	コーンフレーク
13	火		ハヤシライス きゅうりの生酢 果物	あん・バターサンド
14	水		ごはん ピザ風ハンバーグ ポテトサラダ たまごスープ 果物	フルーツゼリー
15	木		ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 大根の金平 味噌汁 果物	焼きビーフン
16	金		焼きそば トマトのサラダ きのこのスープ チーズ 果物	チキンピラフ
17	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
18	日		休園	
19	月		ごはん かれいのおろし煮 白菜の胡麻ドレ和え 味噌汁 果物	ミネストローネ
20	火		ごはん 大根と人参のそぼろ煮 目玉焼き 味噌汁 果物	あんまん
21	水	お誕生会	栗ごはん たらこの磯部揚げ 五目ひじき 中華スープ 果物	ハム・チーズ蒸しパン
22	木		カレーライス 野菜サラダ 福神漬け 果物	バナナヨーグルト
23	金		ラーメン 胡麻和え チーズ 果物	枝豆・昆布ごはん
24	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
25	日		休園	
26	月		ごはん 麻婆野菜 エビフライ 味噌汁 果物	クロワッサン
27	火		ごはん のりたま納豆 酢の物 味噌汁 果物	パンプキンスープ
28	水		いなきびごはん 焼き魚(さんま) 肉野菜炒め 味噌汁 果物	ビスケット
29	木		ごはん 鶏のみそ焼き 人参しりしり 清まし汁 果物	チーズトースト
30	金		けんちんうどん かぼちゃの胡麻和え チーズ 果物	ほたて・ゆかりごはん
31	土	協力保育		バナナ

- ☆ 牛乳・果物は、毎日あります。
- ☆ 土曜日は、お弁当持参です。

## 今年も要注意！ノロウイルスによる食中毒

＜主な理由＞

- ・冬場は空気が乾燥するため、乾燥に強いノロウイルスは生き残る。
- ・鍋物などで二枚貝を食する機会が増える(経口感染の増加)
- ・体温が下がることにより免疫力の低下で感染しやすくなる。
- ・室内など人混みの中で過ごす機会が増えるため、感染しやすくなる。

最も重要な予防方法は手洗いです！

帰宅後、食事前には家族全員が流水・石鹸による手洗いをを行うよう心がけて下さい

日清医療食品株式会社

今月の栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
(牛乳とおやつ含めています)	559kcal	21.8g	19g	247g

《今月の果物》

ぶどう・オレンジ・リンゴ・バナナなど  
都合により変更する場合があります

ニセコ町幼児センター給食食材産地調べ

8月

食材	生産地	食材	生産地	食材	生産地
じゃがいも	道内	ピーマン	道内・幼児センター	バナナ	フィリピン
人参	道内	白菜	道内	オレンジ	アメリカ
玉葱	道内	しいたけ	道内	スイカ	道内
キャベツ	道内	えのき	道内	メロン	道内(ニセコ)
大根	道内	しめじ	道内	ゴールデンキウイ	ニュージーランド
長ネギ	道内	なめこ	道内	プリンスメロン	幼児センター
ほうれん草	道内	小松菜	道内		
きゅうり	幼児センター・道内	ミニトマト	道内・幼児センター		
さやいんげん	道内	ブロッコリー	道内		
カリフラワー	道内	パプリカ	韓国		
生姜	四国	万能ねぎ	道内	牛乳	よつ葉
リーフレタス	道内	ズッキーニ	幼児センター		
トマト	道内	なす	幼児センター・道内	米	ニセコ産ななつぼし
きぬさや	幼児センター・道内	かいわれ	道内		

9月

	生産地	食材	生産地	食材	生産地
じゃがいも	幼児センター	ピーマン	道内・幼児センター	バナナ	フィリピン
人参	道内	白菜	道内	オレンジ	アメリカ
玉葱	道内	しいたけ	道内	メロン	道内(ニセコ)
キャベツ	道内	えのき	道内	ぶどう	道内
大根	道内	しめじ	道内	グレープフルーツ	南アフリカ
長ネギ	道内	水菜	道内		
ほうれん草	道内	小松菜	道内		
きゅうり	道内	ミニトマト	幼児センター		
さやいんげん	道内	ブロッコリー	道内		
カリフラワー	道内	パプリカ	韓国	牛乳	よつ葉
生姜	四国	舞茸	道内		
レタス	道内	ズッキーニ	幼児センター	米	ニセコ産ななつぼし
トマト	道内	なす	幼児センター・道内		
きぬさや	幼児センター	ニラ	道内		
かぼちゃ	道内・幼児センター	さつまいも	徳島		

※9月の食材産地は、9月30日現在のものです。