

献立予定表

R2.1月分

日曜	10時 おやつ	昼食	3時 おやつ	日曜	10時 おやつ	昼食	3時 おやつ
1 水				16 木	牛乳 バナナ	根菜のごま炒め 春雨スープ	ヨーグルト クッキー
2 木	お正月			17 金	お茶 せんべい	チキン南蛮 とうふの味噌汁 果物	牛乳 焼き芋
3 金				18 土	牛乳 ウエハース	ちゃんぽん 果物	牛乳 ジャムパン
4 土	牛乳 せんべい	ミートソース スパゲティ ワカメスープ	牛乳 あんぱん	20 月	牛乳 りんご	クリームシチュー スパゲティサラダ	牛乳 ホットケーキ
6 月	牛乳 りんご	ポークカレー 大根サラダ	牛乳 コーンブレッド	21 火	牛乳 ビスケット	鯖のごま風味和え さつまい 果物	お茶 ゆでたまご
7 火	牛乳 クッキー	魚の味噌煮 かきたま汁	お茶 七草かゆ	22 水	牛乳 たまごポー ロ	豆腐とツナの卵とし 里芋と大根の味噌汁	お茶 甘辛団子
8 水	牛乳 ウエハース	豆腐の磯辺揚げ じゃが芋の味噌汁 果物	牛乳 野菜キッシュ	23 木	お茶 かりかりいり こ	肉団子スープ 果物 もやしときゅうりの ナムル	牛乳 フレンチ トースト
9 木	お茶 ポーロ	ロールキャベツ もやしのゆかり和え	みかん チーズ	24 金	牛乳 ウエハース	おでん きゅうりのたたき	牛乳 バナナ
10 金	牛乳 バナナ	ひじきの炒り煮 呉汁	お茶 ぜんざい	25 土	牛乳 クッキー	コーンラーメン ブロッコリーの おかか和え	牛乳 メロンパン
11 土	お茶 たまごポー ロ	けんちんうどん 果物	牛乳 クリームパン	27 月	牛乳 クラッカー	ハヤシライス ヨーグルトサラダ	牛乳 ウルトラ クッキー
13 月	成人の日			28 火	牛乳 せんべい	鮭のチーズフライ もやしスープ 果物	牛乳 マカロニの きな粉和え
14 火	牛乳 クラッカー	魚の照り焼き 豚汁	牛乳 揚げパン	29 水	牛乳 ウエハース	マーボー豆腐 大根と柿の酢の物	お茶 いもおにぎり
15 水	お茶 かりかりいり こ	ポークビーンズ しめじとほうれん草の ゆず和え	チーズ おかかおにぎり	30 木	お茶 かりかりいり こ	タンドリーチキン きのこスープ 果物	牛乳 ボンボン ドーナツ
<div data-bbox="67 1702 782 1803" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="159 1814 494 1848" data-label="Section-Header"> <h3>食べ物による窒息事故を防ぐ</h3> </div> <div data-bbox="87 1848 766 1982" data-label="List-Group"> <ol style="list-style-type: none"> 誤嚥・窒息につながりやすい食べ物 <ul style="list-style-type: none"> ・つるつるしているもの ・固いもの ・口の中でばらばらになるもの ・球状のもの ・弾力があるもの など 調理で防ぐ </div> <div data-bbox="87 2027 766 2161" data-label="Image"> </div>				31 金	牛乳 りんご	八宝菜 煮豆	プリン せんべい

窒息時の対処法

- 119番通報をする。
- 可能であれば咳をさせる。
- 詰まったものを outsさせる。



- ① 立てひざをする。
- ② 太ももにうつぶせにした子のみぞおちが圧迫されるように乗せる。
- ③ 子の頭を身体より低くする。
- ④ 異物が取れるまで、背中の中を平手で叩く。