

2月

【乾燥にご注意を】

冬は気温とともに湿度もひくくなるため、空気が乾燥します。すると、鼻やのどを守る力が弱くなり、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。加湿器を使用したり、ぬれたタオルなどをほして、空気の乾燥をふせぐこと（保湿）が大切です。また、にんじんやかぼちゃに多くふくまれるビタミンAには、のどや鼻のねんまくなどの健康をたもち、バイキンや乾燥から体を守るはたらきがあります。加湿や食事で感染症を予防しましょう！

栄養士 森合 まな

	月	火	水	木	金
1 Week	2	3	4	5	6
	ふんわり名人きなこ餅 ぶるりんゼリーアップル	山梨県産白桃ゼリー ソフト豆もち	紫の野菜ゼリー あとひき煎 サラダ	ラムネいろいろ どうぶつえんゼリー	森のくだもの屋さんスティックゼリー スティックポテトじゃがいもと塩
2 Week	9	10	11	12	13
	わんにゃんゼリー ソフトサラダ	ぶるりんゼリーグレープ 堅あげポテトブッち4うすしお味	建国記念の日	果汁100%ゼリー おにぎりせんべい銀しゃり	果汁100%スティックゼリー ハッピーターンミニスパイス4連
3 Week	16	17	18	19	20
	くずゼリー 白桃&シャインマスカット味 スティックポテト のり塩	大入りきなこ棒 テキサスコーンお好み焼	長野県産シャインマスカットゼリー 三幸の揚せん薰るしお味	肉球ラムネ 新潟仕込み 塩味	ぶるりんゼリーピーチ ほろほろ焼 和塩
4 Week	23	24	25	26	27
	天皇誕生日	やさいのラムネ こつぶポテコ4連	沖縄パイナップルゼリー ハッピーターンミニ4連	きなこ棒 ぱりんこのり塩味	いちごマシュマロ 学研の図鑑LIVEゼリー恐竜編