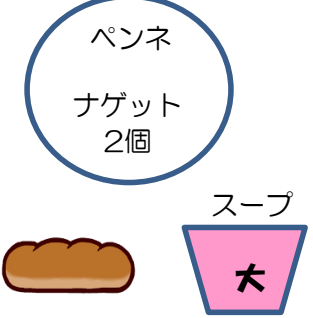
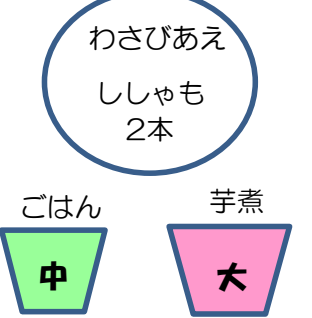
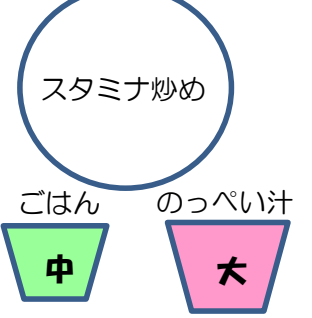
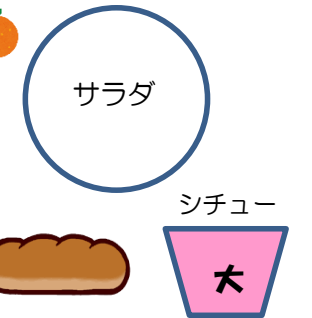
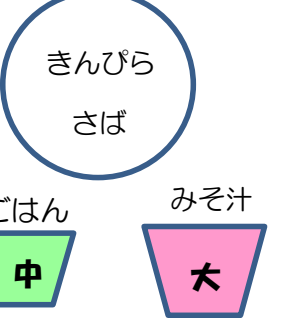
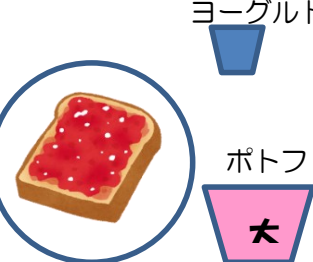
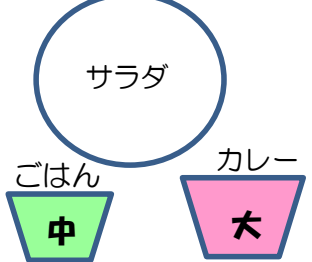
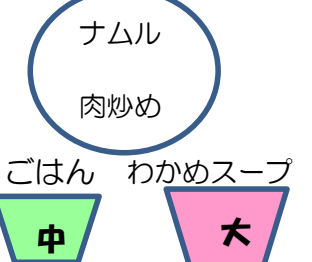
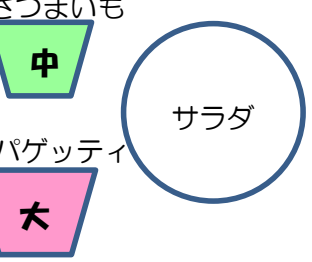

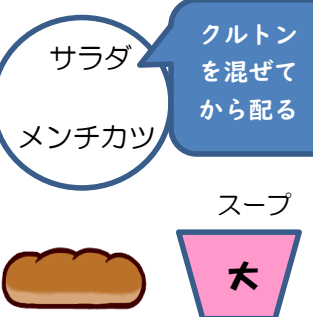
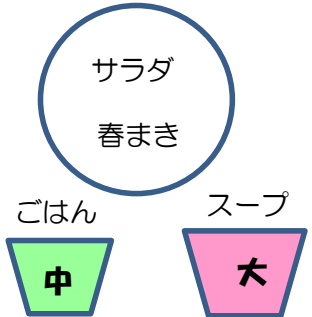
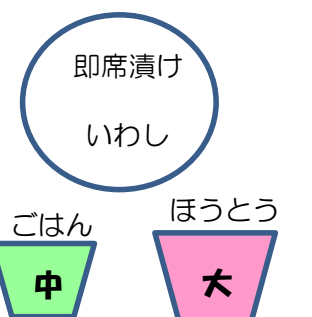
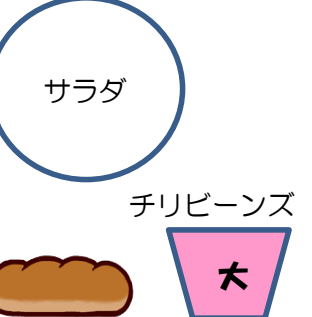
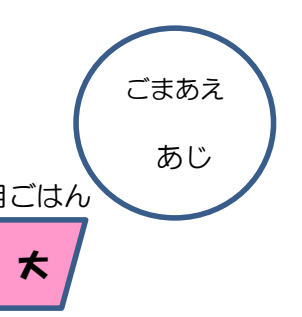
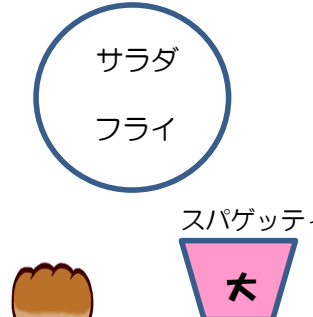
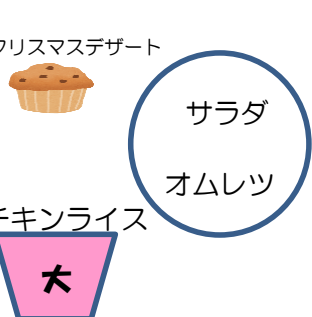
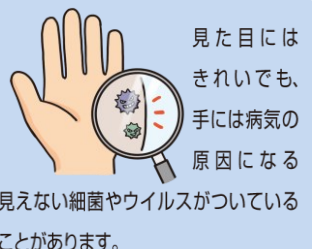
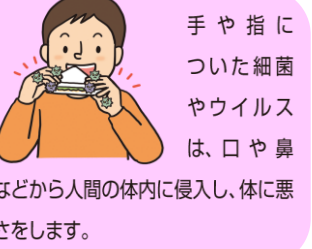
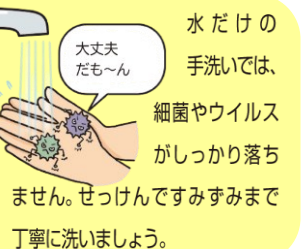


12月 給食カレンダー

月	火	水	木	金
1 860kcal 29.6g 3.0g レーズンパン 牛乳 チキンナゲット ペンネバジルソース 豆とポテトのスープ	2 839kcal 30.4g 2.4g ごはん 牛乳 ししゃもフライ わさびあえ 山形芋煮	3 808kcal 31.1g 2.0g ごはん 牛乳 豚肉のスタミナ炒め のっぺい汁	4 850kcal 35.4g 2.4g 黒パン 牛乳 花野菜のシチュー ガーリックドレッシングサラダ みかん	5 853kcal 33.9g 2.3g ごはん 牛乳 さばの白ごま焼き れんこんきんぴら 厚揚げと白菜のみそ汁
				
8 800kcal 33.5g 2.7g アップルシナモントースト 牛乳 冬野菜のポトフ ヨーグルト	9 839kcal 30.2g 2.4g ごはん 牛乳 根菜カレー 寒天入りヘルシーサラダ	10 806kcal 34.6g 2.7g 切り干し大根入りビビンバ (ごはん、肉炒め、ナムル) 牛乳 わかめスープ	11 801kcal 30.5g 2.4g ベーコンのトマトスパゲッティ 牛乳 水菜とツナのサラダ シュガーさつまいも	12 830kcal 29.8g 2.6g ごはん 牛乳 マーボー大根 パンサンスー
				
15 866kcal 29.1g 3.2g ミルクパン 牛乳 メンチカツ クルトンサラダ マセドアンスープ	16 877kcal 27.4g 2.2g ごはん 牛乳 春まき もやしサラダ キムチスープ	17 802kcal 31.5g 2.2g <div>冬至献立 12/22(月)が冬至です</div> ごはん 牛乳 いわしの生姜煮 即席漬け ほうとう	18 820kcal 31.1g 2.8g はちみつパン 牛乳 チリビーンズ ブロッコリーとコーンのサラダ	19 83kcal 33.4g 2.1g 五目ごはん 牛乳 あじのカレー竜田揚げ ごまあえ
				
22 800kcal 37.5g 2.9g 和風スパゲッティ ミニロールパン 牛乳 たらのあおさフライ チキンサラダ	23 803kcal 30.5g 2.3g <div>クリスマス献立</div> チキンライス 牛乳 オムレツ 小松菜とチーズのサラダ クリスマスデザート	寒さが一段と厳しくなり、インフルエンザやかぜ、新型コロナウイルスの流行が懸念される季節となりました。ノロウイルスによる食中毒や感染症にも注意が必要です。こうした感染症を防ぐために、最も手軽で効果的なのが石けんを使った丁寧な手洗いです。「ただいま」の後、トイレの後、食事の前には、忘れずに石けんで手を洗いましょう。		
		<div>なぜせっけんで手洗いをするの？</div> <div>  見た目にはきれいでも、手には病気の原因になる見えない細菌やウイルスがついていることがあります。 </div> <div>  手や指についた細菌やウイルスは、口や鼻などから人間の体内に侵入し、体に悪さをします。 </div> <div>  水だけの手洗いでは、細菌やウイルスがしっかり落ちません。せっけんですみすみまで丁寧に洗いましょう。 </div>		