

12月もりつけ表



今月の目標

- 冬の食事について考えよう
- 感染症予防について知ろう

月	火	水	木	金
<p>石けんを使った手洗い</p> <p>感染を予防するためにも、石けんを使ってよく手を洗いましょう。指先や指と指の間、親指や手首などは洗い残しやすいところなので、特に注意して洗うようにします。</p>	<p>ちくわ 1人2個</p> <p>ちくわの天ぷら ブロッコリーのサラダ</p> <p>白ごはん ちゃんこ汁</p>	<p>2日</p> <p>鶏肉と根菜の カラフルいため</p> <p>白ごはん みそ汁</p>	<p>3日</p> <p>鮭の塩焼き 五目煮豆</p> <p>白ごはん ヨーグルト</p> <p>白ごはん さつまいも汁</p>	
<p>6日</p> <p>カレーライス 福神漬</p> <p>グリーンサラダ</p>	<p>7日</p> <p>だし巻き卵 マイルドきんぴら</p> <p>白ごはん 豆乳プリン</p> <p>白ごはん 芋煮汁</p>	<p>8日</p> <p>揚げぎょうざ ナムル</p> <p>白ごはん チャンポン麺</p>	<p>9日</p> <p>鯖のカレー揚げ おひたし</p> <p>白ごはん 豚大根</p>	<p>10日</p> <p>ソースカツライス みそけんちん汁</p>
<p>13日</p> <p>小魚ナッツ</p> <p>ビビンバ わかめスープ</p>	<p>14日</p> <p>ポークビーンズ チーズ</p> <p>あげパン 白菜と コーンのスープ</p>	<p>15日</p> <p>白身魚フライ ほうれん草のソテー</p> <p>白ごはん ふりかけ クリームスープ</p>	<p>16日</p> <p>バンバンジーサラダ</p> <p>白ごはん 酢豚</p>	<p>17日</p> <p>ハタハタ 1人2尾</p> <p>ハタハタのからあげ キャベツのサラダ</p> <p>白ごはん 筑前煮</p>
<p>20日</p> <p>焼肉 みかん</p> <p>白ごはん 中華風 たまごスープ</p>	<p>21日 冬至献立</p> <p>かぼちゃの そぼろあん ゆずゼリー</p> <p>白ごはん ふりかけ 根菜のごま汁</p>	<p>22日</p> <p>親子丼 ごぼうとお豆の サラダ</p>	<p>23日 クリスマス献立</p> <p>クリスマスケーキ</p> <p>コーンピラフ 照り焼きチキン かぶのスープ</p>	<p>おいしいよ!</p> <p>冬の野菜とくだもの</p>