

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|--|---|---|--|---|
| |  |  |  |  |  |  |
| | | 11月の給食目標 食事に意欲を持ち、発表会に向けて残さず食べることを頑張ろう。 | | | | |
| 副食 | | | 1 ほかほかごはんの日 鶏肉のトマト煮 コーンとポテトのサラダ 豆腐のずまし汁 ぶどう | 2 じゃがいものそぼろ煮 切干大根の和風サラダ かぼちゃといんげんの味噌汁 キウイフルーツ | 3 文化の日  | はんぺんのチーズ焼き スパゲティソース じゃがいもと豆腐の味噌汁 みかん |
| おやつ |  |  | バナナケーキ 牛乳 | プチパン 牛乳 | | |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 手作り弁当の日 |
| 副食 | かにたま 里芋の煮付け かぶの味噌汁 柿 | ドライカレー チーズサラダ 白菜と人参の味噌汁 りんご | ハワイアンポークソテー ブロッコリーのごま和え わかめスープ ぶどう | 小魚と大豆のからめ煮 利久和え 人参シチュー キウイフルーツ | 肉じゃが わかめサラダ 三平汁 みかん | 牛乳  |
| おやつ | 豆腐のごまだれ団子 牛乳 | ヨーグルトパンケーキ 牛乳 | りんごカスタード 麦茶 | 甘食 牛乳 | ヤクルト せんべい | |
| | 13 | 14 生活発表会総練習 | 15 | 16 | 17 | 18 生活発表会 |
| 副食 | ベーコンエッグ ごまもやし 五目味噌汁 りんご | 仕出し弁当 麦茶  | 豆腐とひじきのつくね わかめの酢の物 はんぺんスープ 柿 | かつおの煮付け 切干大根の炒り煮 のっぺい汁 バナナ | さつまいもコロッケ ヤーコンサラダ 春雨スープ みかん |  |
| おやつ | ふかしもち 牛乳 | バナナ ビスケット | たまごサンド 牛乳 | アメリカンドッグ 牛乳 | ヨーグルト せんべい | |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 副食 | 凍り豆腐の卵とじ 深山和え 五目うどん みかん | ミートローフ カリフラワーサラダ もやしの味噌汁 りんご | たらのかレーソースかけ ひじきの炒り煮 なめこ汁 みかん |  勤労感謝の日 | 卵グラタン ヤーコンきんぴら カレー汁 柿 豆銀糖 牛乳 | 焼きビーフン オーロラサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁 バナナ |
| おやつ | いもかりんとう 牛乳 | 杏仁豆腐 サブレ | ピザトースト 牛乳 | | | |
| | 27 | 28 | 29 | 30 お誕生会 | <div data-bbox="981 1041 1316 1131" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>今月の予定 平均給与栄養量</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エネルギー …422kcal ・たんぱく質 …17.5g ・脂質 …16.8g </div> <div data-bbox="973 1164 1316 1243" style="text-align: center;">  <p>ていねいな手洗いを心がけましょう。</p> </div> | |
| 副食 | さばのホイル焼き かぼちゃサラダ 里芋の味噌汁 キウイフルーツ | レバーのケチャップ和え 春雨の酢の物 コーンとキャベツのスープ バナナ | 厚焼き卵 酢味噌和え 煮豆・ささみスープ りんご | 五目ぶかし 焼きいか ポテトサラダ ずまし汁・みかん | | |
| おやつ | 焼きそばパン 牛乳 | なべやき 牛乳 | パンナコッタ せんべい | アップルケーキ 牛乳 | | |

手には目に見えない汚れのほかに、いろいろなばい菌やウイルスがついています。ばい菌やウイルスから体を守るという意味でも、石鹸で手をきれいに洗うことがとても大切です。

食事の前やトイレの後、外から帰ってきた後には、必ず手を洗きましょう。

