



10 がつ こんだてよていひょう

●きゅうしょくもくひょう●
 じょうぶなからだをつくらう
 えいせいにきをつけよう

2023ねん かつたくとくべつしえんがっこう

| 月 2 | 火 3 | 水 4 | 木 5 | 金 6 |
|---|--|--|--|--|
| きのごはん ぎゅうにゅう あつやきたまご じゃがいものみそしる | ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき そくせきづけ あおなのみそしる | チャンボンメン (ちゅうかめん) (ラーメンスープ) アシドミルク しゅうまい | ハチミツパン ぎゅうにゅう とりにくのバジルソテー ビーンズサラダ こんさいのチャウダー | ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのフリッター きりぼしだいこんのもの けんちんじる |
| 9 【スポーツのひ】 | 10 ごはん ぎゅうにゅう ほういこうろう こんにやくサラダ はるさめスープ | 11 ぶたなんばんうどん (ソフトめん) (うどんしる) アシドミルク しょうがあえ | 12 スイートポテトトースト ぎゅうにゅう ソースつくね ミネストローネ | 13 ごはん ぎゅうにゅう マスのてりやき いそに さつまじる |
| 16 まーぼーどうぶどん (ごはん) (まーぼーどうぶ) ぎゅうにゅう ささみとはるさめのサラダ | 17 ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしちみやき ごもくきんぴら あぶらあげのみそしる | 18 かきあげうどん (ソフトめん) (うどんしる) (さつまいものかきあげ) アシドミルク だいこんとツナのサラダ | 19 あげパン ぎゅうにゅう じゃこあえ ワンタンスープ | 20 ごはん ぎゅうにゅう クリームコロッケ いそかあえ たまごのみそしる |
| 23 ホークカレーライス (ごはん) (カレールー) ぎゅうにゅう コンコンごまマヨサラダ ヨーグルトあえ | 24 ごはん ぎゅうにゅう まさばうめさいきょうづけ うまに きのこのみそしる | 25 やきそば アシドミルク スイートポテトサラダ | 26 ミルクパン ぎゅうにゅう ハンバーグきのこソース やさいのスープ | 27 ごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチ はるさめちゅうかあえ わかめのスープ |
| 30 ガパオライス (ごはん) (ごはんぐ) ぎゅうにゅう こまつナムル チキンフォー | 31 ☺ハロウィンメニュー☺ チキンライス アシドミルク キャベツのサラダ パンプキンスープ ハロウィンデザート | <div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>衛生に気をつけよう 食中毒は夏に多いと思われがちですが、実は秋から冬にかけて、ウイルス感染による胃腸炎が多く流行します。よく耳にする感染性胃腸炎(ノロウイルス等)は、低温乾燥に強い特徴があり、冬場に増加します。ノロウイルスは感染している人から手指やドアノブ、食事などを介して感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。感染防止のために、以下のことを心がけましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>外から帰ってきたときはもちろん、調理前や食事前にせっけんを使ってよく手洗いしましょう</p> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱(殺菌)をしましょう。</p> </div> </div> <p>※まな板・包丁・ふきんなどの調理道具はよく洗い、漂白剤などで殺菌しましょう。</p> </div> | | |