

	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	12月21日(土)	12月22日(日)
朝	卵雑炊 豚肉と野菜の味噌炒め フルーツ缶(白桃)	ごはん かぼちゃのそぼろ煮 豚汁 ふりかけ(しそ)	クリームパン 大根のポトフ 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	中華雑炊 厚揚げの甘辛炒め フルーツ缶(ミックス)	かに雑炊 里芋の揚げ出し フルーツ缶(黄桃)	あんぱん ツナと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(洋梨)	ごはん 豚肉と野菜の旨煮 吉野汁 ふりかけ(かつお)
昼	生姜あんかけうどん 鶏のから揚げ 白菜のゆかり和え フルーツ缶(みかん)	ごはん 肉豆腐 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ(キウイ) すまし汁	ごはん マトウダイの香味焼き キャベツの和え物 フルーツ缶(マンゴー) 味噌汁	ごはん 大根と鶏肉の和風炒め煮 ピーマンのきんぴら フルーツ缶(パイナップル) 味噌汁	ごはん メバルの煮付け なすの肉味噌かけ フルーツ(オレンジ) お吸い物	ごはん かつとじ えびとブロッコリーの和え物 フルーツ缶(パイナップル) 味噌汁	二色丼 かぶの信田煮 なすのおろし醤油和え 味噌汁
おやつ	洋梨のタルト	ドームケーキ	スイスロール(苺)	カステラ	さつま芋蒸しパン	抹茶ゼリー	吹雪饅頭
夕	ごはん 鯖の南部焼き ぜんまい煮 フルーツ(メロン) 香の物(つぼ漬)	ごはん しいらのバジル焼き かぶのコンソメ煮 ブロッコリーサラダ フルーツ缶(黄桃)	ごはん 豚肉の玉葱ソース炒め 里芋の含め煮 フルーツ(パイナップル) きゅうりの酢の物	ごはん 白身魚の辛子マヨネーズ焼き ひじきの煮物 香の物(しば漬) すまし汁	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き ジャーマンポテト キャロットサラダ 味噌汁	ごはん さわらの幽庵焼き かぼちゃのいとこ煮 フルーツ(りんご) きゅうりの生姜醤油和え	ごはん あじのバター醤油焼き 鶏肉と大根の炒め煮 キャベツの磯和え フルーツ缶(マンゴー)

	12月23日(月)	12月24日(火)	12月25日(水)	12月26日(木)	12月27日(金)	12月28日(土)	12月29日(日)
朝	鮭雑炊 千草焼き フルーツ缶(みかん)	ごはん 豚じゃが すまし汁 ふりかけ(たらこ)	チョコパン ツナと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(パイナップル)	芋粥 大豆五目煮 フルーツ缶(黄桃)	卵雑炊 がんもの含め煮 金時豆	クリームパン ジャーマンポテト 牛乳 フルーツ缶(白桃)	ごはん 鶏と野菜の甘辛炒め 味噌汁 ふりかけ(のりたま)
昼	ごはん 白身魚の南蛮漬 二色和え フルーツ缶(白桃) 味噌汁	ふわふわ玉子のオムライス ミートボール コールスローサラダ フルーツカクテル	バターライス 鶏肉の赤ワインソース キッシュ風オムレツ キャロットサラダ コンソメスープ	ごはん マトウダイの梅肉焼き さつま芋と昆布の煮物 フルーツ(りんご) 具沢山汁	鮭ちらし寿司 切干大根の炒り煮 ほうれん草のツナ和え 豚汁	ごはん まぐろハンバーグ ほうれん草のごまよごし フルーツ缶(マンゴー) 味噌汁	ごはん 麻婆豆腐 えび焼売 バンサンスー 中華スープ
おやつ	ウィンナー蒸しパン	どらやき(カスタード)	スフレロールケーキ	今川焼き	ストロベリーカスタードタルト	カラメルプリン	洋梨のタルト
夕	ごはん 鶏肉の味噌焼き 里芋の煮物 いんげんの和風マヨネーズ和え すまし汁	ごはん 黄金かれの照り煮 きんぴらごぼう 香の物(桜だいこん) 味噌汁	ごはん ほっけの生姜醤油焼き かぶのくず煮 フルーツ(オレンジ) きゃらぶき	ごはん 牛肉のしぐれ煮 卵の花 しろなとかまぼこの和え物 おぼろ汁	ごはん チキンのカレーグリル ポテトサラダ フルーツ缶(パイナップル) コンソメスープ	ごはん 豚肉と野菜の塩麴炒め 白菜の信田煮 フルーツ(オレンジ) わかめ佃煮	ごはん たららの生姜煮 切干大根の煮物 キャベツとハムのサラダ フルーツ(キウイ)

	12月30日(月)	12月31日(火)
朝	かに雑炊 豚肉と野菜の味噌炒め 香の物(しば漬)	ごはん 里芋の揚げ出し 味噌汁 ふりかけ(しそ)
昼	ごはん 鶏肉のバジル焼き じゃが芋とツナの炒め物 フルーツ(りんご) すまし汁	ごはん 牛すき煮 切干大根の炒り煮 ほうれん草のごま和え フルーツ缶(黄桃)
おやつ	ドームケーキ(カスタード)	カステラ
夕	ごはん さばのねぎ醤油焼き かぶのそぼろ煮 小松菜の錦糸和え 具沢山味噌汁	えび天そば 茄子の生姜あん あさりと菜の花の酢味噌がけ フルーツ缶(ミックス)

11月から2月にかけて、ノロウイルス食中毒のリスクが高くなる時期です。  
ノロウイルスは感染力が強く、既存の食中毒の予防策(つけない・ふやさない・ やつつける)のほかに、  
感染者がでた際、嘔吐や下痢があった時の、「広げない」という対策が大切です。  
感染者が触ったものや嘔吐物が触れたものは、他の物と分けて洗浄・消毒する。  
食器などは、塩素消毒液での消毒や、熱湯消毒をする。  
嘔吐物には直接触れず、使い捨てのマスクや手袋をしてペーパータオルを使って  
廃棄、その後、嘔吐物がついていたところを塩素消毒液で拭き取り。  
部屋の換気。  
おわたたら丁寧に手洗いをする。

食事や感染症に注意をして、年末年始をお過ごしください。

**12月** 

 **良いお年を!**

※献立は一部変更になる場合があります※