

12月

*献立は材料・調理の都合で変更することがあります。
*5日以降は全て17:30分給食です。
長浜北星高等学校 定時制 R6.12

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
2 ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 肉じゃが もやしのカレー炒め 牛乳	3 ビビンバ丼 サムゲタン風スープ 中華わかめサラダ 牛乳	4 もち麦ご飯 大根のみそ汁 白身魚のピザ風焼き きのこのサラダ 牛乳	5 ご飯 野菜スープ 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ 牛乳	6 生徒休業日 
819 kcal	738 kcal	708 kcal	843 kcal	
9 ご飯 ちゃんこ汁 さばのカレー風味焼き かぼちゃの煮物 牛乳	10 ご飯 水菜のみそ汁 豚肉とたまねぎの ピリ辛炒め 卵の花炒り 牛乳	11 わかめご飯 きつねうどん 卵サラダ 牛乳	12 ハムカツサンド コーンポタージュスープ フルーツヨーグルト 牛乳	13 ご飯 さつまいものスープ タンドリーチキン ブロッコリーサラダ 牛乳
866 kcal	778 kcal	883 kcal	848 kcal	826 kcal
16 鶏ごぼうの炊き込みご飯 かぼちゃのみそ汁 ちくわのゆかり揚げ きゅうりと油揚げの甘酢和え 牛乳	17 ご飯 にゅうめん 鮭のレモン醤油かけ 小松菜のごまマヨネーズ和え 牛乳	18 もち麦ご飯 豚汁 しらすとねぎの卵焼き 切干大根の煮物 牛乳	19 球技大会 チキンカレー キャベツのサラダ 福神漬 牛乳	20 枝豆とコーンの チーズパンケーキ 冬野菜のスープ ミートスパゲッティ クリスマスケーキ 牛乳
901 kcal	738 kcal	764 kcal	863 kcal	834 kcal

23 終業式



手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



手洗いのポイント.....

せっけんをつけ、こするように洗います。



汚れの残りやすい部分は念入りに。



流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。