

きゅうしょくつうしん



がつつたち げつ

【12月1日（月）のこんだて】

- ★キャロットライスとうにゅうクリームソースがけ
- ★ぎゅうにゅう ★かいそうサラダ
- ★アップルゼリー

きょう

がつ

さむ

今日から 12月になりました。寒さは、これ

ほんばん

びょうき

てあら

からが本番です。病気にならないためには、手洗

ほか

まいにち

しょくじ

たいせつ

いうがいの他にも、毎日の食事が大切です。