

予 定 献 立

			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝 食			<p>ご飯 卵とじ ブロッコリーの香味和え みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 しろなの煮浸し みそ汁(玉葱・揚げ) 牛乳</p>	<p>雑炊 かぶのそぼろ煮 青菜の和え物 たいみそ 牛乳</p>	<p>バターロール ウインナーとキャベツのクリーム煮 ブロッコリーサラダ リンゴジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 厚焼き玉子 ほうれん草の和風和え みそ汁(えのき・大根葉) 牛乳</p>
昼 食			<p>ご飯 赤魚の生姜煮 れんこんきんぴら カニカマと小松菜の和え物 みそ汁(豆腐・若布)</p>	<p>ご飯 チキンステーキ アスパラのソテー ミモザサラダ コンソメスープ(マッシュルーム・コーン)</p>	<p>ご飯 白身魚の葱みそ焼き じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し お吸物(素麺・貝割れ)</p>	<p>ご飯 豚肉と白菜の重ね蒸し レバーとごぼうの炒り煮 もやしのドレッシング和え みそ汁(麩・葱)</p>	<p>ハンバーグカレー フレンチサラダ 福神漬け ショア</p>
間 食			バニラババロア	シュークリーム	チョコパイ	きみしぐれ	抹茶ワッフル
夕 食			<p>ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め かぶの含め煮 畑菜のお浸し みかん缶</p>	<p>ご飯 鯖のみりん焼き 里芋の煮っころがし 白菜の青じそ和え 洋梨缶</p>	<p>ご飯 中華風卵焼き 肉焼売 いんげんの中華マヨサラダ パイン缶</p>	<p>ご飯 イワシの香味フライ・メンチカツ チキンサラダ マカロニのカレーソテー しば漬け</p>	<p>ご飯 白身魚のチーズ焼き 南瓜の煮物 小松菜の和え物 リンゴ缶</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝食	<p>ご飯 厚揚げの含め煮 白菜の生姜和え みそ汁(もやし・絹さや) 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(若布・えのき) 牛乳</p>	<p>ご飯 がんと冬瓜の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(玉葱・貝割れ) 牛乳</p>	<p>かに風味雑炊 ちくわと大根の炒め煮 白菜のお浸し たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 炒り豆腐 ほうれん草としらすの和え物 みそ汁(里芋・若布) 牛乳</p>	<p>食パン じゃが芋とツナの炒め物 キャベツの辛し和え いちごジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 さつま揚げと里芋の煮物 小松菜のなめたけ和え みそ汁(玉葱・絹さや) 牛乳</p>
昼食	<p>ミートソーススパゲティ レタスサラダ コンソメスープ(小松菜・コーン) ゆずムース</p>	<p>ご飯 麻婆豆腐 しろなの和え物 海鮮焼売 中華スープ(春雨・きくらげ)</p>	<p>ご飯 鱈の香味蒸し 里芋の煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁(キャベツ・揚げ)</p>	<p>ご飯 鶏肉のクリーム煮 マカロニサラダ カリフラワーの和風ソテー コンソメスープ(じゃが芋・畑菜)</p>	<p>ご飯 さばの味噌煮 きんぴらごぼう 小松菜の柚子風味和え お吸物(舞茸・絹さや)</p>	<p>ご飯 鶏肉の葱塩炒め 南瓜の甘煮 白菜の磯和え みそ汁(もやし・大根菜)</p>	<p>❖お祝い膳❖ 赤飯 天ぷらの盛り合わせ 春菊の菊花和え お吸物(小花魁・三つ葉) みかんゼリー</p>
間食	クリームパン	レモンケーキ	杏仁豆腐	ドーナツ	オレンジゼリー	カステラ饅頭	バームクーヘン
夕食	<p>ご飯 鶏肉の照り焼き エビとかぶの生姜風味煮 ブロッコリーサラダ オレンジ</p>	<p>ご飯 メバルの七味焼き 切干大根の炒め煮 いんげんのクルミ和え フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 豚肉ときのこ炒め れんこんのピリ辛炒め 青梗菜の胡麻醤油和え マンゴー缶</p>	<p>麦ごはん 赤魚の山椒焼き ひじきの煮物 しろなのおかか和え バナナムース</p>	<p>ご飯 カツとじ 冬瓜とあさりのトロミ煮 大豆サラダ しば漬け</p>	<p>ご飯 めめけの梅肉焼き 茄子とピーマンの炒め物 カリフラワーの中華サラダ 洋梨缶</p>	<p>ご飯 豆腐ステーキ ブロッコリーソテー オニオンサラダ パイン缶</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	
朝食	<p>ご飯 野菜つみれの含め煮 キャベツの胡麻ドレッシング和え みそ汁(しめじ・かぶ葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 イワシの蒲焼き ほうれん草のお浸し みそ汁(玉葱・若布) 牛乳</p>	<p>きのこ雑炊 野菜炒め 春菊のごまよごし のりつく 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 青梗菜とベーコンの炒め物 みそ汁(豆腐・大根葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 厚焼き玉子 小松菜のお浸し みそ汁(しめじ・若布) 牛乳</p>	<p>キャロットロール チャウダー ほうれん草の柚子ドレ和え ママレード 牛乳</p>	<p>ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ みそ汁(しろな・えのき) 牛乳</p>	
昼食	<p>ご飯 ブリの塩麴焼き さつま芋の煮物 いんげんの香味和え コンソメスープ(あさり・青菜)</p>	<p>けんちんうどん 竹輪の磯辺炒め 小松菜の錦糸和え 青りんごゼリー</p>	<p>ポークカレー ツナサラダ 福神漬け ヤクルト</p>	<p>ご飯 八宝菜 焼きビーフン ザーサイ和え 中華スープ(ほうれん草・葱)</p>	<p>ご飯 白身魚の野菜あんかけ れんこんきんぴら いんげんのピーナツ和え みそ汁(椎茸・麩)</p>	<p>三食井 ふろふき大根 キャベツの甘酢漬け お吸物(素麺・大根葉)</p>	<p>♪忘年会♪ ちゃんご鍋 刺身盛り合わせ</p>	
間食	味噌饅頭	ロールケーキ	和風パンケーキ	いちごプリン	ココアワッフル	どら焼き	ヨーグルトババロア	
夕食	<p>ご飯 五目卵焼き 冬瓜の土佐煮 蒲鉾と青梗菜の柚子醤油和え きやらぶき</p>	<p>ご飯 ハンバーグ ジャーマンポテト 茄子のポン酢和え 黄桃缶</p>	<p>ご飯 鶏肉のタルタル焼き きざみ昆布の炒り煮 もやしの和え物 オレンジ</p>	<p>ご飯 カレイの生姜煮 かぶのそぼろがけ ブロッコリーサラダ フルーツカクテル</p>	<p>麦ごはん 鶏肉の竜田揚げ じゃこと青菜の炒め物 レタスサラダ うずら豆</p>	<p>ご飯 あじの蒲焼き 茄子の含め煮 白菜磯和え マンゴー缶</p>	<p>ご飯 豚肉の南部炒め 小松菜の煮浸し マカロニサラダ みかん缶</p>	

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝食	ご飯 がんもの煮物 白菜のポン酢和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	菜飯雑炊 ちくわの炒り煮 春菊のおかか和え たいみそ 牛乳	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	ご飯 納豆 オクラのなめたけ和え みそ汁(もやし・貝割れ) 牛乳	ご飯 オムレツ いんげんの和風和え みそ汁(さつま芋・絹さや) 牛乳	食パン 白菜とツナの炒め物 ビーンズサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 青菜とささみの炒め物 温泉卵 みそ汁(もやし・水菜) 牛乳
昼食	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 茄子の揚げびたし もやしの和え物 コンソメスープ(玉葱・コーン)	麦ごはん ブリのみりん焼き 根菜の甘辛炒め かぶの浅漬け みそ汁(あさり・葱)	ご飯 チキンカツ ハムと小松菜のソテー さつま芋のマヨサラダ みそ汁(冬瓜・麩)	ご飯 ひらすのバター醤油焼き さつま揚げとかぶの煮物 白菜と胡瓜の和え物 みそ汁(若布・葱)	☆クリスマス☆ ケチャップライス チキングリルのホワイトソース 星のコロケ コールスローサラダ コンソメスープ チョコババロア	チキンカレー エビとほうれん草の和え物 福神漬け ピーチムース	麦ごはん あじの和風ムニエル ごぼうの炒り煮 小松菜のお浸し お吸物(とろろ・貝割れ)
間食	エクレア	グレープゼリー	黒糖饅頭	いちごムース	ケーキ	ワッフル	和のパンケーキ
夕食	ご飯 さわらのさっぱり煮 切干大根の炒め煮 ほうれん草の柚子醤油和え 洋梨缶	ご飯 和風卵焼き 大豆とひじきの煮物 野菜サラダ パイン缶	ご飯 白身魚の味噌チーズ焼き 南瓜のいとこ煮 青梗菜の辛し和え 黄桃缶	ご飯 豚肉の炒め物 じゃが芋の含め煮 畑菜のお浸し リンゴ缶	麦ごはん 赤魚の煮付け レバーと玉葱の炒め煮 大根サラダ 昆布佃煮	ご飯 めばるの照り焼き 青梗菜の煮浸し かぶのしそ風味和え うずら豆	ご飯 青椒肉絲 豆腐焼売 しろなのムニエル マンゴー缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)		
朝食	<p>鮭雑炊 野菜つみれの煮物 キャベツのゆかり和え たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 ふんわり角天の煮物 茄子のお浸し みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳</p>	<p>ご飯 とりつくね 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 カニカマ入りふんわり卵 しろなの辛し和え みそ汁(玉葱・えのき) 牛乳</p>		
昼食	<p>ご飯 鶏肉の磯部揚げ 青梗菜炒め アスパラサラダ みそ汁(麩・葱)</p>	<p>ご飯 豚肉の味噌炒め きざみ昆布の炒り煮 南瓜サラダ みそ汁(揚げ・かぶ葉)</p>	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ れんこんきんぴら 白菜とたくあんの和え物 みそ汁(大根・貝割れ)</p>	<p>麦ごはん 白身魚のマスタード焼き 冬瓜の海老あんかけ 春雨サラダ みそ汁(小松菜・麩)</p>	<p>年越しそば かき揚げそば 肉じゃが キャベツの塩昆布和え いちごゼリー</p>		
間食	今川焼(カスタード)	プリン	芋羊羹	炭酸饅頭	ドーナツ		
夕食	<p>ご飯 めぬけの葱塩焼き 里芋のごま煮 ブロッコリーの香味和え きやらぶき</p>	<p>ご飯 かに入り卵焼き和風あんかけ かぶの煮物 もやしの柚子醤油和え みかん缶</p>	<p>ご飯 さわらの生姜煮 キャベツのベーコンソテー カリフラワーの甘酢漬け 洋梨缶</p>	<p>ご飯 ポークチャップ ソーセージといんげんのソテー 人参サラダ 胡瓜の浅漬け</p>	<p>ご飯 鯖の塩麴焼き ちくわとごぼうの甘辛炒め 白菜のゆかり和え 黄桃缶</p>		

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。