

予 定 献 立

					1日(金)	2日(土)	3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・かぶ葉) 牛乳</p>	<p>バターロール かぶのそぼろ煮 ポテトサラダ いちごジャム 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>
昼 食					<p>ご飯 赤魚の揚げ煮 れんこんきんぴら かまぼこと小松菜の和え物 みそ汁(豆腐・若布)</p>	<p>ご飯 チキンステーキ ピーマンのソテー カニカマサラダ 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 さつま芋のレモン煮 ほうれん草のお浸し お吸物(素麺・豆苗)</p>
間 食					抹茶パンケーキ	バニラババロア	スイスロール(いちご)
夕 食					<p>ご飯 豚肉のきのこの炒め物 冬瓜の含め煮 みかん缶 洋梨缶</p>	<p>ご飯 さばのみりん焼き 里芋の煮っころがし 白菜の青じそ和え 洋梨缶</p>	<p>麦ごはん ツナと野菜の卵焼き レバーとごぼうの炒り煮 いんげんの和風マヨ和え しば漬け</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

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝 食	ご飯 ちくわの炒め煮 オクラとろろ みそ汁(畑菜・椎茸) 牛乳	かに風味雑炊 厚焼き玉子 ほうれん草のお浸し のりつく 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 白菜の生姜和え みそ汁(もやし・なめこ) 牛乳	ご飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(若布・えのき) 牛乳	ご飯 がんと冬瓜の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(玉葱・絹さや) 牛乳	食パン じゃが芋のそぼろ炒め 白菜のお浸し いちごジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草としらすの和え物 みそ汁(かぶ・若布) 牛乳
昼 食	ご飯 麻婆豆腐 青梗菜炒め 杏仁フルーツ 中華スープ(春雨・コーン)	キーマカレー フレンチサラダ 福神漬け ピーチムース	麦ごはん ほっけの七味焼き じゃが芋の煮物 豆サラダ みそ汁(麩・畑菜)	高菜チャーハン 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ(青梗菜・きくらげ)	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーの菜種和え ビタミンゼリー	ご飯 さばの味噌煮 きざみ昆布の炒り煮 しろなのピーナツ和え お吸物(卵・畑菜)	❖忘年会❖ 寿司 茶碗蒸し お吸物
間 食	酒まんじゅう	ドームケーキ(チョコ)	アンパン	ずんだどらやき	チョコパイ	オレンジゼリー	フルーツポンチ
夕 食	ご飯 アジフライ・メンチカツ チキンサラダ もやしのソテー きやらぶき	ご飯 たらの香味蒸し かぼちやの煮物 小松菜の和え物 リンゴ缶	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ エビとかぶのコンソメ煮 ブロッコリータルタルサラダ オレンジ	ご飯 ぶりの照り焼き 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	ご飯 白身魚のチーズ焼き れんこんのピリ辛炒め 青梗菜の胡麻醤油和え 昆布豆	麦ごはん 鶏肉のクリーム煮 マカロニソテー カリフラワーの甘酢和え みかん缶	ご飯 牛肉のにんにく醤油炒め かぼちやの甘煮 ブロッコリーの和え物 しその実漬け

※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

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)	
朝食	<p>ご飯 だし巻き玉子 きやべつのからしマヨ和え みそ汁(麩・しろな) 牛乳</p>	<p>菜飯雑炊 さつま揚げと里芋の煮物 畑菜の生姜醤油和え たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜つみれの含め煮 もやし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 いわしの蒲焼き ほうれん草のお浸し みそ汁(玉葱・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 青梗菜とベーコンの炒め物 みそ汁(冬瓜・麩) 牛乳</p>	<p>黒糖ロール 野菜炒め 小松菜のごま酢和え リンゴジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 炒り豆腐 マカロニサラダ みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳</p>	
昼食	<p>ご飯 鶏肉の葱塩炒め 冬瓜のかにあんかけ 白菜のゆかり和え みそ汁(じゃが芋・玉葱)</p>	<p>麦ごはん 白身魚の南蛮漬け かぶの信田煮 パンプキンサラダ お吸物(素麺・大根葉)</p>	<p>ご飯 ハンバーグ ジャーマンポテト カリフラワーサラダ コンソメスープ(あさり・青菜)</p>	<p>ご飯 さばの塩レモン焼き かぼちゃの甘煮 ブロッコリーサラダ みそ汁(かぶ・大根葉)</p>	<p>ビーフカレー グリーンサラダ 福神漬け ライチゼリー</p>	<p>ご飯 ぶりの塩麩焼き かぶのそぼろかけ ブロッコリーサラダ みそ汁(ほうれん草・葱)</p>	<p>❀お祝い膳❀ 赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し 春菊のお浸し すまし汁(花麩・若布) カタラーナ</p>	
間食	抹茶ババロア	カステラ	味噌まんじゅう	ロールケーキ	どら焼き	マドレーヌ	和風パンケーキ	
夕食	<p>ご飯 あじの蒲焼き なす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 白桃缶</p>	<p>ご飯 五目卵焼き ひじきの煮物 蒲鉾と白菜のゆず醤油和え あみ佃煮</p>	<p>ご飯 豚肉のポン酢炒め 冬瓜の土佐煮 いんげんの香味和え つぼ漬け</p>	<p>ご飯 かれいの生姜煮 切干大根の炒め煮 もやしの和え物 みかん缶</p>	<p>ご飯 八宝菜 焼きビーフン ザーサイ和え うずら豆</p>	<p>麦ごはん 鶏肉の竜田揚げ じゃこと青梗菜の煮浸し レタスサラダ マンゴー缶</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

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝食	<p>ご飯 厚焼き玉子 ほうれん草の和え物 みそ汁(里芋・水菜) 牛乳</p>	<p>洋風粥 厚揚げのきのこあんかけ ブロッコリーサラダ のりつく 牛乳</p>	<p>ご飯 ほうれん草の炒め物 温泉卵 みそ汁(もやし・水菜) 牛乳</p>	<p>ご飯 ちくわの炒り煮 春菊のお浸し みそ汁(里芋・厚揚げ) 牛乳</p>	<p>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</p>	<p>食パン じゃが芋とツナの炒め物 オクラのなめたけ和え リンゴジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げの煮物 青菜のごま和え みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳</p>
昼食	<p>ご飯 ミートローフ カリフラワーのソテー キャベツの甘酢漬け コンソメスープ(マッシュルーム・かぶ葉)</p>	<p>ご飯 赤魚の香味焼き 冬瓜のくず煮 春雨中華サラダ みそ汁(青菜・さつま芋)</p>	<p>海鮮タンメン 揚げ餃子 青梗菜の胡麻醤油和え グレープゼリー</p>	<p>ご飯 チキンカツ 大豆とひじきの煮物 野菜サラダ みそ汁(あさり・葱)</p>	<p>ご飯 たらの味噌チーズ焼き ハムと小松菜のソテー さつま芋サラダ お吸物(冬瓜・麩)</p>	<p>ご飯 白身魚のバター醤油焼き 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)</p>	<p>三食丼 ふろふき大根 二色和え お吸物(素麺・大根葉)</p>
間食	ヨーグルトババロア	人形焼き	モカロールケーキ	ドームケーキ(チョコ)	いちごムース	カスタードケーキ	喫茶
夕食	<p>ご飯 白身魚の梅肉焼き なすの含め煮 白菜の磯和え 赤しその実漬け</p>	<p>ご飯 豚肉の生姜焼き 小松菜の煮浸し スパゲティサラダ みかん缶</p>	<p>ご飯 あじの和風ムニエル 切干大根の炒め煮 なすの柚子醤油和え 洋梨缶</p>	<p>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 パイン缶</p>	<p>ご飯 かに入り卵焼き 大根と豚肉の煮物 青梗菜のからし和え 胡瓜漬け</p>	<p>ご飯 焼き肉風炒め 里芋の含め煮 畑菜のお浸し リンゴ缶</p>	<p>麦ごはん 赤魚のおろし煮 レバーと玉葱の炒め物 人参サラダ 昆布佃煮</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

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
朝 食	ご飯 納豆 <small>さつま揚げといんげんの炒め物</small> みそ汁(里芋・若布) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 <small>もやしのおかか和え</small> みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	あさり雑炊 <small>野菜つみれの煮物</small> キャベツのゆかり和え うめびしお 牛乳	ご飯 豆腐の含め煮 なすのお浸し <small>みそ汁(玉葱・しめじ)</small> 牛乳	ご飯 カニカマ入り卵焼き 青菜のおかか和え <small>みそ汁(じゃが芋・豆苗)</small> 牛乳	キャロットロール <small>チキンボールと野菜ソテー</small> ほうれん草の磯和え ママレードジャム 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 <small>しろなのからし和え</small> みそ汁(えのき・揚げ) 牛乳
昼 食	★クリスマス★ チキンライス フライドチキン ポテトサラダ ミネストローネ クリスマスケーキ	ポークカレー レタスサラダ 福神漬け ヤクルト	ご飯 鶏肉の磯辺揚げ 青梗菜炒め スパゲティサラダ <small>みそ汁(かぶ・椎茸)</small>	ご飯 赤魚の葱塩焼き きざみ昆布の炒り煮 かぼちゃサラダ <small>みそ汁(揚げ・かぶ葉)</small>	ご飯 豆腐ハンバーグ れんこんきんぴら <small>白菜とたくあんの和え物</small> みそ汁(大根・若布)	麦ごはん <small>白身魚のマスタード焼き</small> かぶの煮物 春雨サラダ <small>みそ汁(小松菜・麩)</small>	かき揚げそば 肉じゃが <small>キャベツの塩昆布和え</small> いちごゼリー
間 食	炭酸饅頭	抹茶ゼリー	チョコパイ	カフェオレゼリー	味噌饅頭	芋羊羹	あんぱん
夕 食	ご飯 <small>たらの生姜醤油焼き</small> 青梗菜の煮浸し かぶのしそ風味和え しば漬け	ご飯 和風卵焼き ごぼうの炒り煮 しろなのナムル マンゴー缶	ご飯 さわらのさっぱり煮 里芋のごま煮 <small>ブロッコリーの香味和え</small> きやらぶき	ご飯 豚肉の味噌炒め 冬瓜の海老あんかけ <small>もやしの柚子醤油和え</small> みかん缶	ご飯 さばの生姜煮 <small>キャベツのベーコンソテー</small> カリフラワーの甘酢漬け うずら豆	ご飯 ポークチャップ <small>ソーセージといんげんのソテー</small> ブロッコリーサラダ 胡瓜漬け	ご飯 さばの塩麩焼き <small>ちくわとごぼうの甘辛炒め</small> 白菜のゆかり和え 黄桃缶

※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。