

12月 献立表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	カレーライス 汁物 コーンサラダ 福神漬け・らっきょう ゼリー	ご飯 汁物 鶏の照り焼き 筍の煮物 オクラの和え物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 白身魚のバター醤油焼き 卵の花 和風サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 ハンバーグ しらすの青菜の炒め物 マカロニサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 赤魚の煮つけ 冬瓜のそぼろ煮 温野菜サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 あじの南蛮漬け 車麩の煮物 タラモサラダ ゼリー 香の物
おやつ	フルーツパウンド	ミルク葛餅	チョコレートケーキ	イチゴプリン	紅茶シフォンケーキ	ヨーグルトゼリー
日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	ご飯 汁物 ブリの照り焼き ひじきの煮物 タマゴサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 魚の野菜あんかけ さつまいものレモン煮 友禅和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 回鍋肉 切り干し大根 ほうれん草のお浸し ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鯖の塩焼き 生揚げと筍の煮物 オクラと長芋の和え物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 メンチカツ なすの煮びたし 豆腐サラダ胡麻ソース ゼリー 香の物	ご飯 汁物 信田巻き きんぴらごぼう 酢の物 ゼリー 香の物
おやつ	キャラメルケーキ	黒ごまプリン	りんごのケーキ	原宿ドック	かぼちゃプリン	たこ焼き
日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	牛丼 汁物 花野菜のゆず味噌和え もやしナムル ゼリー 香の物	カレーライス 汁物 トマトサラダ 福神漬け・らっきょう ゼリー	ご飯 汁物 金目鯛の煮つけ 高野豆腐炊き合わせ 小松菜のおかか和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 ささみフライ ふきの煮物 なめ茸和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鯖の味噌煮 いんげんの胡麻和え 彩り千切りサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 酢豚 ビーフンソテー ポテトサラダ ゼリー 香の物
おやつ	チョコプリン	どら焼き	プリン	たい焼き	コーヒーゼリー	カステラ
日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ご飯 汁物 エビチリ アスパラの炒め物 胡麻酢和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 あじフライ 人参と小松菜の炒め物 スパゲティサラダ ゼリー 香の物	ミートローフ ナポリタン バターライス オニオングラタンスープ コールスロー ゼリー	混ぜご飯 汁物 鮭の利休焼き ちくわの磯辺炒め 春雨サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 なすとピーマンの肉みそ炒め 炒り豆腐 菜の花のお浸し ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鱈の西京焼き きのこの炒め物 ピーナッツ和え ゼリー 香の物
おやつ	抹茶プリン	黒ごまケーキ	手作りケーキ	キャラメルプリン	マロンケーキ	カルピスゼリー
日						
昼食						
おやつ						