



12月の献立



	12月1日(火)	12月2日(水)	12月3日(木)	12月4日(金)	12月5日(土)	12月6日(日)	12月7日(月)
朝	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麴) ビーフふりかけ	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麴) のり佃	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(じゃがいも) たらこふりかけ	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麴) のり佃	☆チリコンカーン 鮭雑炊 味噌汁(麴)	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麴) 梅びしお
昼	赤飯 鶏肉の梅肉焼き 高野豆腐の含め煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁(わかめ) 黄桃缶	ご飯 きのこ麻婆豆腐 チンゲン菜とベーコンの中華炒め トマトの甘酢和え 中華コーンスープ ヨーグルト	ご飯 牛肉時雨煮 白菜と揚げの煮物 玉ねぎサラダ 清汁(えのき) 黄桃缶	ご飯 カレイのムニエル ラタトゥイユ ブロッコリーサラダ コンソメスープ(えのき) みかん缶 ミツバ バジル	ご飯 鶏肉の磯部揚げ ふろふき大根 アスパラの胡麻和え 味噌汁(しめじ) パイン缶	ご飯 白身魚の黄身焼き 揚げだし豆腐 ピーマンとツナの和え物 味噌汁(麴) 白桃缶	ご飯 チキン南蛮タルタルソース チンゲン菜とベーコンのソテー カリフラワーサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) パイン缶 ミント アロエ
タ	ご飯 鰯の野菜あんかけ 小松菜の煮浸し パンプキンサラダ 味噌汁(麴) かっぱ漬け	ご飯 さんまの蒲焼き ふろふき大根 菊菜の胡麻和え 清汁(えのき) 高菜漬け	ご飯 鰯の幽庵焼き なすの煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁(玉ねぎ) かっぱ漬け	ご飯 回鍋肉 いんげんの炒め物 ひじきサラダ 中華スープ(わかめ) 刻みたくあん	ご飯 カレイの味噌焼き レンコンの炒め物 菊菜のお浸し 清汁(えのき) 刻みたくあん	ご飯 牛肉の旨煮 里芋のおかか煮 ほうれん草のしらす和え 清汁(とろろ) 紀ノ川漬け	ご飯 大根と鮭の味噌煮 がんもの煮物 菊菜の和え物 清汁(麴) 柴漬け
おやつ	バウムクーヘン 青りんごゼリー	抹茶ワッフル いちごゼリー	黒糖饅頭 抹茶ゼリー	バナナカステラ チョコババロア	抹茶饅頭 ヨーグルトババロア	鈴カステラ いちごムース	レモンケーキ オレンジゼリー

🌿 ミント
誕生日ケーキ

🌿 ラベンダー・オリーブ
たこ焼き

🌿 シナモン・セージ
フレンチトースト

🌿 ミント・アロエ
おしるこ
🌿 ミツバ・バジル
カップケーキ



12月の献立



	12月8日(火)	12月9日(水)	12月10日(木)	12月11日(金)	12月12日(土)	12月13日(日)	12月14日(月)
朝	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麴) たいみそ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麴) のり佃	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麴) ビーフふりかけ	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麴) おかかふりかけ	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ	☆煮奴 しらす雑炊 味噌汁(麴)	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ
昼	ご飯 肉豆腐 かぼちゃの煮物 ほうれん草のわさび和え 清汁(麴) みかん缶 ジャスミン パセリ	ご飯 鮭の西京焼き 大根の煮物 チンゲン菜の辛子和え 味噌汁(揚げ) みかん	鍋焼きうどん風 ちくわの磯部揚げ きゅうりのゆかり和え ミックス缶	ご飯 鶏肉の山椒焼き かぶの炒め煮 アスパラサラダ 清汁(麴) パイン缶	ご飯 鯖のみぞれ煮 切り干し大根の煮物 いんげんのピーナツ和え 清汁(麴) 白桃缶	ご飯 鱈の和風きのこあんかけ きんぴらごぼう 菊菜の磯和え 味噌汁(麴) みかん缶	ご飯 白身魚のマスタード焼き きのこソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) ミックス缶 シナモン セージ
タ	ご飯 鯖の南部焼き なすの煮物 おくらのポン酢和え 味噌汁(しめじ) 刻みたくあん 味噌鍋	ご飯 親子煮 人参とひき肉の炒め物 キャベツの胡麻和え 味噌汁(麴) 柴漬け	ご飯 赤魚の味噌漬け焼き 小松菜の煮物 さつまいもサラダ 味噌汁(玉ねぎ) 高菜漬け	ご飯 太刀魚の香り揚げ 白菜の煮物 玉ねぎサラダ 味噌汁(えのき) 刻みたくあん	ご飯 ポークピカタ 大豆煮豆 じゃこピーマン 味噌汁(麴) かつぱ漬け	ご飯 豚肉のおろし焼き 麴の玉子とじ ブロッコリーサラダ 味噌汁(わかめ) 刻みたくあん	ご飯 鶏肉の治部煮 キャベツの煮物 長芋の酢の物 味噌汁(麴) かつぱ漬け すき焼き
おやつ	栗饅頭 プリン	チョコパイ コーヒーゼリー	ココア蒸しパン チョコババロア	鯛饅頭 抹茶ババロア	カスタードケーキ ピーチゼリー	ドーナツ バニラババロア	パンケーキメイプル いちごムース

🌿 サフラン・タイム
ねぎ焼き

🌿 ジャスミン・パセリ
フライドポテト



12月の献立



	12月15日(火)	12月16日(水)	12月17日(木)	12月18日(金)	12月19日(土)	12月20日(日)	12月21日(月)
朝	☆ウインナーソーテ ご飯 味噌汁(麴) のり佃	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麴) 梅びしお	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(わかめ) たらこふりかけ	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麴) のり佃煮	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ	☆ウインナーソーテ ホタテ雑炊 味噌汁(麴)	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(しめじ) のり佃
昼	ご飯 トマト煮込みハンバーグ エビとほうれん草のソーテ 人参サラダ コンソメスープ(玉ねぎ) パイン缶	ご飯 鯖の塩焼き 天ぷら 三色なます 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜と揚げの煮物 カリフラワーサラダ 味噌汁(大根) 白桃缶	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め じゃがいもの煮つ転がし きゅうりのゆかり和え 清汁(麴) みかん	ご飯 タンドリーチキン 小松菜の煮物 大根サラダ ミネストローネ プリン	ご飯 豚みそ炒め 春雨の炒め物 菊菜のツナ和え 清汁(わかめ) ヨーグルト	ご飯 鯖の塩焼き かぼちゃの甘煮 れんこんの酢の物 味噌汁(麴) ゆずムース
タ	ご飯 さんまの山椒煮 ごぼうの炒め物 きゅうりの胡麻酢和え 味噌汁(麴) かつぱ漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 チンゲン菜のソーテ もやしのゆかり和え 中華スープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 豚肉の梅肉蒸し豆腐 大豆煮豆 ほうれん草の磯和え 味噌汁(麴) かつぱ漬け	ご飯 鮭の南部焼き かぼちゃのはちみつレモン煮 おくらの辛子和え 味噌汁(麴) 紀ノ川漬け	ご飯 白身魚のねぎソース ひじきの煮物 もやしのわさび酢和え 中華スープ(しめじ) 紀ノ川漬け	ご飯 鮭のムニエルタルタルソースかけ カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草サラダ 味噌汁(揚げ) 柴漬け	ご飯 鶏団子と野菜の煮物 かぶのあんかけ チンゲン菜のお浸し 味噌汁(麴) 高菜漬け
おやつ	鯛焼きカスタード マロンババロア	抹茶蒸しパン 抹茶ババロア	マイケーキ チョコババロア	田舎饅頭 青りんごゼリー	カカオケーキ オレンジゼリー	紫芋饅頭 ヨーグルトババロア	一口カステラ ピーチムース



🌿 バジル
誕生日ケーキ

🌿 ミント・アロエ
ホットケーキ



12月の献立



	12月22日(火)	12月23日(水)	12月24日(木)	12月25日(金)	12月26日(土)	12月27日(日)	12月28日(月)
朝	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麴) おかかふりかけ	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麴) のり佃 	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麴) ビーフふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麴) 梅びしお	☆あんかけ豆腐 五目雑炊 味噌汁(麴)	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麴) ビーフふりかけ
昼	ご飯 鱈の柚子味噌焼き 小松菜と揚げの煮物 もやしの和え物 味噌汁(麴) 黄桃缶	ご飯 味噌カツ アスパラソテー なすの生姜和え 清汁(麴) 白桃缶	ご飯  ビーフシチュー グリーンパスタ 人参サラダ ミックス缶	ピラフ ローストチキン サーモンマリネ アボカドサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) X'masゼリー 	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 人参の玉子炒め キャベツのゆかり和え 味噌汁(麴) 白桃缶	ご飯 さんまの梅煮 大根のそぼろ煮 なすの生姜和え 味噌汁(麴) パイン缶	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ しらたきのピリ辛炒め チンゲン菜のなめたけ和え 味噌汁(麴) ミックス缶
タ	ご飯 家常豆腐 市松煮 キャベツの生姜和え 味噌汁(しめじ) 紀ノ川漬け	ご飯 鱈のチリ蒸し じゃがいもの煮っ転がし ほうれん草の蒲鉾和え 赤だし(なめこ) 柴漬け	ご飯 スパニッシュオムレツ 白菜のコンソメ煮 アスパラサラダ 味噌汁(わかめ) 高菜漬け	ご飯  ミートオムレツ なすの煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁(麴) かつば漬け	ご飯 カレーのおろし煮 ほうれん草のたらこ煮 もやしの胡麻酢和え 味噌汁(麴) 紀ノ川漬け	ご飯 豚肉と白菜のごまだれかけ 里芋の煮っ転がし いんげんの梅肉和え 清汁(麴) 刻みたくあん	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース キャベツのソテー きゅうりの洋風ナムル コンソメスープ(玉ねぎ) 柴漬け
おやつ	ミニカスタードワッフル マロンババロア	あんドーナツ バニラババロア	X'masケーキ いちごゼリー	チョコバウムクーヘン ヨーグルトババロア	エクレア チョコババロア	お菓子盛り合わせ プリン	もみじ饅頭 オレンジゼリー

🎄 サフラン・タイム

マフィン

🎄 ジャスミン・パセリ

手作りケーキ

🎄 ラベンダー・オリーブ

手作りケーキ



12月の献立



	12月29日(火)	12月30日(水)	12月31日(木)				
朝	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麴) たらこふりかけ	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麴) おかかふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麴) 梅びしお	よい お年を!!			
昼	ご飯 牛肉の甘辛炒め じゃがいものお焼き ほうれん草のナムル 中華スープ(わかめ) パイナップル	ご飯 鶏肉のもろみ焼き ひじきの煮物 白菜の梅肉和え 味噌汁(麴) 黄桃缶	年越しそば 蒸ししゅうまい おくらの辛子和え みかん缶				
タ	ご飯 ほっけの照り焼き ブロッコリーの炒め物 冷奴 味噌汁(玉ねぎ) 高菜漬け	ご飯 鯖の味噌煮 なすの土佐煮 白菜の和え物 味噌汁(麴) かっぱ漬け	ご飯 カレーの照り焼き 切り干し大根の煮物 大豆サラダ 清汁(とろろ) 柴漬け				
おやつ	牛乳ケーキ 抹茶ゼリー	マドレーヌ コーヒーゼリー	カステラ 抹茶ババロア				



ミツバ・バジル
パイシートピザ