



12月の献立表



	12月 1日 (土)	12月 2日 (日)	12月 3日 (月)	12月 4日 (火)	12月 5日 (水)	12月 6日 (木)	12月 7日 (金)
朝食	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) ビーフふりかけ <共通料理> ☆厚揚げの炒め物	<A> 鮭雑炊 味噌汁 (ふ) <共通料理> ☆煮物 (がんも)	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) のり佃 <共通料理> ☆炒り豆腐	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) ビーフふりかけ <共通料理> ☆オムツ	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (わかめ) のり佃 <共通料理> ☆あんかけ豆腐	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (麩) たらこふりかけ <共通料理> ☆卵とじ ミントアロエ味噌鍋	<A> ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) 梅びしお <共通料理> ☆厚揚げの煮物
昼食	赤飯 (150g) 山椒煮 (赤魚) 春雨の炒め物 酢の物 (きゅうり) 味噌汁 (玉葱) 缶果物 (パイナップル)	・ご飯 (150g) ポークピカタ ・なす田楽 じゃこピーマン 味噌汁 (ふ) 缶果物 (みかん缶)	チンダー ブロッコリーエビソテー ・貝割れサラダ ヨーグルト	鍋焼きうどん風 ・ちくわの磯部揚げ ピーマンのカレー和え 缶果物 (黄桃缶)	・ご飯 (150g) トマト煮込みハンバーグ 大豆の煮物 ・ハムとレンコンのマリネ コンソメスープ (玉葱) ・りんごゼリー	・ご飯 鮭の南蛮漬け チンゲン青梗菜の煮物 ・長芋とオクラの磯和え 味噌汁 (なす) 缶果物 (みかん缶)	・ご飯 (150g) 鱈の塩焼き アスパラの炒め物 トマトサラダ 味噌汁 (しめじ) 果物 (パイナップル)
夕食	・ご飯 (150g) 豚みそ炒め ☆卵の花 ゆかり和え (白菜) かき卵汁 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) ・かれいおろし煮 キャベツとアサリの中華炒め わらわのお浸し 清汁 (とろろ昆布) 漬物 (ハリハリ漬)	・ご飯 (150g) ホッケの塩焼き 菊菜のじゃこ炒め もやしの和え物 味噌汁 (しめじ) 漬物 (しば漬)	・ご飯 (150g) サケの幽庵焼き ひじきの煮物 ポテトサラダ 味噌汁 (ふ) 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) カレーの煮付け ・南瓜のはちみつレモン煮 和え物 (白菜) 清汁 (ふ) 漬物 (ハリハリ漬)	・ご飯 (150g) ・お好み焼き 炒め物 (いんげん) サラダ (カリフラワー) 味噌汁 (豆腐) 漬物 (高菜漬)	・ご飯 (150g) 豚肉の辛子醤油炒め ・ふろふき大根 ほうれん草の錦糸和え 味噌汁 (ふ) 漬物 (さくら漬)
3時	もみじ饅頭 ※黒糖ムース	ベルギーワッフル ※イチゴムース	レモンケーキ ※プリン	鈴カステラ ※オレンジゼリー	ミニカスタードワッフル ※パインムース	カステラ ※マロンババロア	蒸しパン抹茶 ※抹茶ゼリー

🌿 ジャスミン・パセリ

餃子

🌿 パセリ

誕生日ケーキ

🌿 サフラン・タイム

ホットケーキ



12月の献立表



	12月 8日 (土)	12月 9日 (日)	12月10日 (月)	12月11日 (火)	12月12日 (水)	12月13日 (木)	12月14日 (金)
朝食	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (じゃがいも) ・おかかふりかけ < 共通料理 > ☆スクランブルエッグ	< A > しらす雑炊 味噌汁 (麩) < 共通料理 > ☆ウインナーソテー	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (豆腐) のり佃煮 < 共通料理 > ☆チリコンカン	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (わかめ) ビーフふりかけ < 共通料理 > ☆煮奴	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) たいみそ < 共通料理 > ☆だし巻卵	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) たらこふりかけ < 共通料理 > ハムエッグ	< A > ・ご飯 (150g) 味噌汁 (ふ) 梅びしお < 共通料理 > ☆卵の花
昼食	・ご飯 (150g) 鶏肉の梅焼き きんぴら (レンコン) 和え物 (白菜) 清汁 (ふ) 缶果物 (ミックス)	・ご飯 ・白身魚の紅葉焼き 厚揚げの煮物 香味和え (菊菜) 味噌汁 (ふ) 缶果物 (白桃缶)	・ご飯 (150g) ・鶏からあげ 小松菜の煮物 茄子と胡瓜の和え物 味噌汁 (里芋) 缶果物 (パイン缶)	・ご飯 (150g) 鶏肉治部煮 炒めなます アスパラ・ツナサラダ 味噌汁 (わかめ) 缶果物 (黄桃缶)	・ご飯 (150g) 秋刀魚の梅煮 しらたきのピリ辛炒め ・生姜和え (なす) 味噌汁 (ふ) 缶果物 (ミックス)	・ご飯 ・八宝菜 もやしの中華炒め 白和え 中華スープ (いぬい) ヨーグルト	・ご飯 (150g) ・さばの塩焼き 天ぷら 酢の物 (胡瓜と湯葉) 味噌汁 (ふ) 抹茶ゼリー
夕食	・ご飯 (150g) 白身魚のカレーマヨ焼き 五目野菜煮 ・わさび酢和え 味噌汁 (ふ) (もやし) 漬物 (しば漬)	・ご飯 (150g) ミートオムレツ クッチャップ 添え 付合 ・蒸ししゅうまい 和え物 (チンゲン菜) コンソメスープ (玉葱) 漬物 (ハリハリ漬)	・ご飯 (150g) 赤魚の味噌漬け焼き 南瓜の煮物 いんげんごま和え 味噌汁 (ふ) 漬物 (刻みたくあん)	・ご飯 (150g) クリーミーコロッケ ・ソテー (チンゲン菜) カリフラワーの和え物 味噌汁 (ふ) 漬物 (しば漬)	・ご飯 (150g) 家常豆腐 冬瓜のくず煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 (わかめ) 漬物 (ハリハリ漬)	・ご飯 (150g) 赤魚の煮付け たらこスパゲッティ からし和え (チンゲン菜) 赤だし (ふのき) 漬物 (さくら漬)	・ご飯 (150g) スパニッシュオムレツ ・白菜のコンソメ煮 カリフラワーの和え物 味噌汁 (わかめ) 漬物 (高菜漬)
3時	バナナカステラ ※マスカットゼリー	カカオケーキ ※黒糖ムース	牛乳ケーキ ※ピーチムース	あんドーナツ ※チョコババロア	チョコパイ ※抹茶ババロア	田舎饅頭 ※イチゴババロア	さとうきび饅頭 ※コーヒーゼリー

☆シナモン

スイートポテト

☆ジャスミン・パセリ

ミニパフェ

☆セージ

おしるこ

☆ミツバ

りんごペウランド

☆バジル

カップパン

☆ジャスミンパセリ
味噌鍋

☆松花堂弁当