



12月の献立



| | 12月1日(木) | 12月2日(金) | 12月3日(土) | 12月4日(日) | 12月5日(月) | 12月6日(火) | 12月7日(水) |
|-----|---|---|--|--|---|---|--|
| 朝食 | ☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ | ☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 | ☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお | ☆炒り豆腐 鮭雑炊 味噌汁(麩) | ☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ | ☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 | ☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ |
| 昼食 | 赤飯 ほっけの塩焼き <small>じゃがいもと玉ねぎのソテー</small> なすのポン酢和え 味噌汁(豆腐) 白桃缶 | ご飯 きのこ麻婆豆腐 <small>ブロッコリーの中華炒め</small> 大豆サラダ 中華コーンスープ みかん缶 | ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ <small>しらたきのピリ辛炒め</small> 菊菜のなめたけ和え 味噌汁(麩) ミックス缶 | ご飯 鱈の照り焼き かぼちやの煮物 <small>いんげんの胡麻和え</small> 味噌汁(えのき) 白桃缶 | ご飯 タンドリーチキン <small>いんげんの醤油ソテー</small> 大根サラダ ミネストローネ プリン | ご飯 白身魚のチーズ焼き かぶのコンソメ煮 大豆サラダ 味噌汁(麩) 白桃缶 | ご飯 焼肉風 ひじきの煮物 白菜のゆかり和え 味噌汁(麩) 黄桃缶 |
| 夕食 | ご飯 牛肉と大根の照り煮 五目煮豆 <small>ほうれん草のわさび和え</small> 清汁(麩) 高菜漬け | ご飯 <small>すき焼</small> 鯖のみぞれ煮 切り干し大根の煮物 チンゲン菜の和え物 清汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 白身魚のカレーマヨ焼き 春雨の炒め物 <small>ほうれん草の磯和え</small> 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 牛肉のオイスターソース炒め 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の和え物 清汁(麩) 高菜漬け | ご飯 赤魚の山椒煮 <small>ブロッコリーのそぼろ炒め</small> 菊菜の和え物 味噌汁(しめじ) 刻みたくあん | ご飯 家常豆腐 きんぴらごぼう トマトの甘酢和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 太刀魚の蒲焼き 野菜大豆煮 <small>いんげんのピーナツ和え</small> 清汁(えのき) 柴漬け |
| 15時 | カカオケーキ | バウムクーヘン | カステラ | 牛乳ケーキ | エクレア | レモンケーキ | 黒糖饅頭 |
| | コーヒーゼリー | マロンババロア | いちごムース | プリン | いちごババロア | 青りんごゼリー | オレンジゼリー |

🌿 ミント・アロエ
ゼリーケーキ

🌿 ジャスミン・パセリ
プリンアラモード

🌿 サフラン・タイム
焼きそば



12月の献立



| | 12月8日(木) | 12月9日(金) | 12月10日(土) | 12月11日(日) | 12月12日(月) | 12月13日(火) | 12月14日(水) |
|-----|--|---|---|---|--|--|---|
| 朝食 | ☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 | ☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお <small>松花堂 弁当</small> | ☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ | ☆炒り豆腐 玉子雑炊 味噌汁(麩) | ☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(じゃがいも) たいみそ | ☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ | ☆オムレツ ご飯 味噌汁(玉ねぎ) おかかふりかけ |
| 昼食 | ご飯 鶏肉のみぞれ煮 さつまいもの煮物 もやしのツナ和え 味噌汁(麩) みかん缶 <small>ミント アロエ</small> | ご飯 <small>松花堂 弁当</small> 鮭の塩焼き 天ぷら 菊菜と揚げのめた和え 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー | 牛丼 五目煮豆 きゅうりのゆかり和え 味噌汁(大根) パイン缶 | ご飯 キーマカレー <small>キャベツとハムのトマト煮</small> 大豆サラダ ヨーグルト | ご飯 カレイのムニエル ラタトウイユ ほうれん草サラダ コンソメスープ(玉ねぎ) 黄桃缶 <small>ジャスミン パセリ</small> | ご飯 ポークビーンズ キャベツのソテー カリフラワーサラダ 味噌汁(えのき) みかん缶 <small>サフラン タイム</small> | ご飯 鯖のみりん醤油焼き がんもの煮物 小松菜のお浸し 味噌汁(麩) 白桃缶 |
| 夕食 | ご飯 <small>すき焼</small> 鯖の照り焼き 大根のきんぴら風 おくらもずく 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 チャンプル いんげんの香味炒め きゅうりの酢の物 味噌汁(麩) 刻みたくあん | ご飯 鯖の煮付け なすの土佐煮 アスパラの胡麻和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け | ご飯 鮭の西京焼き 大根と油揚げの煮物 おくらの和え物 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 <small>すき焼</small> 温野菜棒棒鶏風 ホタテフライ いんげんサラダ 中華スープ(しめじ) 刻みたくあん | ご飯 <small>醤油鍋</small> 大根と鮭の味噌煮 ピーマンのひき肉炒め 白菜のお浸し 清汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 かに玉風 蒸ししゅうまい カリフラワーサラダ 中華スープ(わかめ) 柴漬け |
| 15時 | 紫芋饅頭 ピーチムース | ミニ野菜カステラ コーヒーゼリー | どら焼き 抹茶ゼリー | シュークリーム いちごゼリー | チョコバウムクーヘン チョコババロア | パンケーキメイプル バニラババロア | あんずケーキ ヨーグルトババロア |

ミツバ・バジル
プチシューツリー

ミント・アロエ
プチシューツリー



12月の献立



| | 12月15日(木) | 12月16日(金) | 12月17日(土) | 12月18日(日) | 12月19日(月) | 12月20日(火) | 12月21日(水) |
|-----|---|---|---|--|---|---|--|
| 朝食 | ☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ | ☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(えのき) かつおふりかけ | ☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ | ☆オムレツ 五目雑炊 味噌汁(麩) | ☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ | ☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ | ☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 |
| 昼食 | ご飯 八宝菜 春巻き 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト | 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) パイン缶 | ご飯 白身魚のパン粉焼き さつまいものバター炒め グリーンサラダ ミネストローネ ミックス缶 | ご飯 鱈の幽庵焼き ひじきの煮物 きゅうりのゆかり和え 味噌汁(麩) パイン缶 | ご飯 デミグラスハンバーグ ブロッコリーソテー ポテトサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) ヨーグルト | 親子あんかけうどん ちくわの磯部揚げ 白菜の和え物 黄桃缶 | ご飯 青椒肉絲 豆腐の中華煮 ほうれん草のお浸し 中華スープ(わかめ) ミックス缶 |
| 夕食 | ご飯 白身魚の紅葉焼き 冬瓜とひき肉の煮物 菊菜の生姜和え 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 味噌鍋 赤魚のおろし煮 小松菜の煮物 トマトサラダ 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 酢豚 チンゲン菜の炒め物 人参サラダ 中華スープ(わかめ) 高菜漬け | ご飯 豚肉の旨塩炒め さつまいもの甘煮 ほうれん菜の磯和え 味噌汁(大根) かつぱ漬け | ご飯 白身魚のクリームソースかけ アスパラとウインナーのソテー 人参のマスタード和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん | ご飯 白身魚のフリッター 人参のたらこソテー きゅうりの洋風ナムル コンソメスープ(玉ねぎ) かつぱ漬け | ご飯 鯖の塩焼き さつま揚げの煮物 アスパラサラダ 味噌汁(麩) 高菜漬け |
| 15時 | 鯛焼きカスタード いちごババロア | ミニカスタードワッフル 抹茶ババロア | 田舎饅頭 ピーチムース | チョコミニマフィン ヨーグルトババロア | はちみつケーキ マロンババロア | 鯛饅頭 青りんごゼリー | カスタードケーキ 抹茶ゼリー |

🌿シナモン・セージ
プリンアラモード



🌿ジャスミン・パセリ
🌿ラベンダー・オリーブ
アメリカンクッキー
クリスマスプリン
🌿シナモン・セージ
手作りケーキ



12月の献立



| | 12月22日(木) | 12月23日(金) | 12月24日(土) | 12月25日(日) | 12月26日(月) | 12月27日(火) | 12月28日(水) |
|-----|--|---|--|--|---|---|---|
| 朝食 | ☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお | ☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) おかかふりかけ | ☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ | ☆がんもの煮物 ほたて雑炊 味噌汁(麩) | ☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ | ☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃 | ☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ |
| 昼食 | ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃのはちみつレモン煮 菊菜の磯和え 味噌汁(麩) ゆずムース | ご飯 鱈の和風きのこあんかけ かぼちゃ煮 なます 味噌汁(麩) 白桃缶 | 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) ヨーグルト(きなこ) | ご飯 ビーフシチュー ブロッコリーのチーズ焼き 人参サラダ X'masデザート | ご飯 鱈のカレームニエル いんげんのソテー トマトサラダ コンソメスープ(えのき) ヨーグルト(きなこ) | ご飯 鶏チリ いんげんの炒め物 白菜の辛子和え 中華スープ(わかめ) みかん缶 | ご飯 鮭の幽庵焼き 切り干し大根 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(えのき) ミックス缶 |
| 夕食 | ご飯 肉豆腐 炒めなます おくらのわさび和え 清汁(麩) 柴漬け | ご飯 回鍋肉 じゃがいものコンソメ煮 白菜のゆかり和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け | ご飯 ミートオムレツ じゃがいものコンソメ煮 れんこんの酢の物 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 スパニッシュオムレツ かぶのクリーム煮 ピーマンとささみのサラダ 味噌汁(えび団子) かつぱ漬け | ご飯 豚肉の梅肉蒸し豆腐 かぼちゃの煮物 おくらとツナの和え物 味噌汁(麩) 高菜漬け | ご飯 カレーの煮付け 大根の肉味噌かけ ほうれん草の和え物 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 豚みそ炒め さつまいもの甘煮 おくらの辛子和え 清汁(麩) 刻みたくあん |
| 15時 | バナナカステラ | 鈴カステラ | チョコレートケーキ | クリスマスケーキ | 抹茶饅頭 | お菓子盛り合わせ | 紅葉饅頭 |
| | チョコババロア | プリン | コーヒーゼリー | いちごババロア | いちごゼリー | バニラババロア | いちごムース |



サフラン・タイム
ロールケーキ
ミツバ・バジル
手作りケーキ





12月の献立



| | 12月29日(木) | 12月30日(金) | 12月31日(土) | | | | | | | | |
|-----|---|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 朝食 | ☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ | ☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 | ☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ | <div data-bbox="1131 359 1742 821" data-label="Text"> <p>よい お年を!!</p> </div> | | | | | | | |
| 昼食 | ご飯 鯖の山椒煮 れんこんの炒め物 アスパラの胡麻和え 味噌汁(麩) みかん缶 | ご飯 牛肉の玉子とじ 小松菜とちくわの煮物 なすのおかか和え 味噌汁(大根) ミックス缶 | 年越しそば 里芋まんじゅう おくらの辛子和え パイン缶 | | | | | | | | |
| 夕食 | ご飯 蒸し鶏柚子あんかけ なすの揚げびたし チンゲン菜の和え物 味噌汁(麩) 柴漬け | ご飯 蒸し鮭ホワイトソース きのこソテー グリーンサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) かっぱ漬け | ご飯 カレイの梅煮 蒸ししゅうまい ほうれん草のお浸し 清汁(麩) 高菜漬け | | | | | | | | |
| 15時 | 抹茶ワッフル 抹茶ゼリー | 初雁 チョコババロア | 一口カステラ ヨーグルトババロア | | | | | | | | |



🎄アロエ
誕生日ケーキ