

12月



週間献立表



お楽しみ	けしご会						
	7日 (日)	8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)	13日 (土)
朝	セレクトパン 照り焼き風肉団子 大根の香味サラダ コーンスープ	ごはん 大豆ミート ハンバーグ 野菜炒め 海苔佃煮 味噌汁	ごはん ミートオムレツ ひじきの炒り煮 ふりかけ 味噌汁	ごはん 筑前煮 アスパラの 青じそサラダ 鯛味噌 味噌汁	セレクトパン でんぶ入り だし巻き玉子 もやしとウィンナー のソテー コンソメスープ	ごはん チキンナゲット トマトソース しろなと竹輪の 和え物 ふりかけ 味噌汁	ごはん じゃがいもと 豚肉の煮物 いんげんの 中華サラダ 梅びしお 味噌汁
	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳
昼	ごはん 焼き鯖の南蛮漬け 里芋の煮物 キャベツの バジルサラダ 味噌汁	そばろ丼 筍と昆布の煮物 豚汁 ★りんごゼリー ★オレンジゼリー	ごはん 鯖の照り煮 ピーマンと豚肉の炒 め物 マカロニサラダ 味噌汁	ごはん 合鴨スモークと 千草焼き 小松菜とツナの ソテー カリフラワーの レモンドレサラダ 味噌汁	おにぎり かき揚げうどん 奈良のっぺ (奈良県郷土料理) きゅうりの甘酢和え	ちらし寿司 大豆の煮物 赤だし 抹茶ババロア	ごはん 鶏チリ 金時豆煮 もやしの香味サラダ 中華スープ
おやつ	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと
夕	ごはん 擬製豆腐 青梗菜の炒め物 清汁 チョコババロア	ごはん 白身魚の竜田揚げ 甘酢あんかけ 切り干し大根の 煮物 味噌汁 黄桃缶とパイ缶	ごはん 鶏肉のグリル 梅ソースかけ 絹揚げの煮物 キャベツの わさび和え 味噌汁	ごはん ホッケのたれ焼き 高野豆腐の そばろ煮 白菜の ピーナッツ和え 味噌汁	ごはん 白身魚の味噌煮 白菜のとろみ炒め ポテトサラダ 清汁	ごはん 豚肉の和風炒め きんぴらごぼう かきたま味噌汁 みかん缶と白桃缶	ごはん 枝豆がんもの 炊き合わせ 大根とツナの 炒め物 ひじきと蓮根の マヨサラダ 味噌汁

献立に記載してある材料は、都合により変更になることがあります