

月間献立表

1/1

日付		12月01日(月)	12月02日(火)	12月03日(水)	12月04日(木)	12月05日(金)	12月06日(土)	12月07日(日)
朝	御飯 150 厚焼き卵 付)大根おろし アロギの香味和え ふりかけ みそ汁(大根菜・おつゆ鮓) 乳酸菌飲料	御飯 150 ひきわり納豆 しろなの煮浸し 金山寺みそ みそ汁(もやし・貝割) 牛乳	御飯 150 かぶとつみれの煮物 小松菜のごま和え ふりかけ みそ汁(玉葱・油揚げ) ヨーグルト	御飯 150 ちくわの炒め煮 長芋とろろ たいみそ みそ汁(長葱・うずまき鮓) 牛乳	食パン 90 かにかま入りふんわり卵 ほうれん草のお浸し ジャム コンソメスープ(さつま芋・かぶ菜) 乳酸菌飲料	御飯 150 厚揚げの詰め煮 かつおとえのきの和え物 うめびしお みそ汁(もやし・ねぎ) ヨーグルト	御飯 150 ほうれん草のすもろ フルーツ缶(パイナップル) 中華スープ(春雨・かぶ菜) 牛乳	
昼	御飯 150 赤魚の粕漬焼き 付)うずら豆 煙菜のおかか和え フルーツ缶(パイナップル) 酢汁	御飯 150 豚肉のゆず醤油炒め 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜・うずまき鮓)	御飯 150 フラインド種盛り 付)キャベツ・トマト ジャーマンポテト ゼリー(キウイ) コンソメスープ(ほうれん草・人参)	御飯 150 ほたてと生巻の炊き込みご飯 ほっけの漬焼き 付)しるな 京風豆腐 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(冬瓜・わか) みそ汁(冬瓜・わか)	御飯 150 鶏肉の生巻焼き 付)しるな 甘酢のミートボール 大根の中華サラダ フルーツ缶(白桃)	えびとアサ 鶏肉の旨辛煮 付)スナップエンドウ しるなの煮物 ゼリー(キウイ) コンソメスープ(白菜・しめじ) おやつ(杏仁豆腐)	御飯 150 ほうれん草のすもろ フルーツ缶(パイナップル) 中華スープ(春雨・かぶ菜) 牛乳	
15時食	おやつ(コーヒースタンド)	おやつ(水ようかん)	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(メロンゼリー)	おやつ(そば饅頭)	おやつ(杏仁豆腐)	おやつ(すんだら焼き)	
夕	御飯 150 鶏肉のから揚げ 付)かき揚げ えびとかぶの煮物 フルーツ缶(パイナップル) 香の物(赤しその実漬)	御飯 150 さばの味噌煮 付)かき揚げ・花人参 さつま揚げと煙菜の炒め物 チンゲン菜の鶏糸和え フルーツ缶(オレンジ)	御飯 150 あじの塩焼 豆腐・ポテト 切干大根の和え物 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 150 八宝菜 甘酢のミートボール 大根の中華サラダ フルーツ缶(白桃)	御飯 150 しらすのトマトソース トマトソース 付)アボカド バジル・ポテト フルーツ缶(オレンジ) 人参サラダ	御飯 150 豚肉とキャベツのみそ炒め 切干大根の煮物 小松菜の鶏糸和え フルーツ缶(マンゴー)	御飯 150 たらちり 付)春巻・花人参 里芋田楽 ブロッコリー・サラダ フルーツ缶(みかん)	
日付		12月08日(月)	12月09日(火)	12月10日(水)	12月11日(木)	12月12日(金)	12月13日(土)	12月14日(日)
朝	御飯 150 がんもどきの煮物 煙菜とちくわの和え物 たいみそ みそ汁(わか・大根菜) 牛乳	食パン 90 じゃが芋のそぼろ炒め 白菜のお浸し ジャム コンソメスープ(もやし・うずまき鮓) ヨーグルト	御飯 150 炒り豆腐 ほうれん草のわさび和え 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・わか) 牛乳	食パン 90 スクランブルエッグ キャベツのごまドレッシング和え ジャム コンソメスープ(チンゲン菜・おつゆ鮓) ヨーグルト	御飯 150 さつま揚げの炒め煮 小松菜のなめたけ和え しそ昆布 みそ汁(じゃが芋・油揚げ) 乳酸菌飲料	御飯 150 ちくわの旨辛煮 キャベツのサラダ ふりかけ みそ汁(豆腐・かぶ菜) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 ほうれん草の鶏糸和え のり佃煮 みそ汁(玉葱・貝割) 乳酸菌飲料	
昼	御飯 150 さばの七味焼き 付)ピーマン ひじきの煮物 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(しろな・えのき)	御飯 150 たまごブロッコリーのサラダ フルーツ缶(オレンジ) 香の物(福神漬)	御飯 150 ハルの揚げ煮 付)スナップエンドウ・花魁 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(小松菜・長葱)	御飯 150 鶏肉の生巻焼き 付)しるな なすの煮浸し ゼリー みそ汁(さつま芋・かぶ菜)	御飯 150 天ぷら盛り合わせ 天つゆ 京風五目豆腐の詰め煮 果の花のお浸し お吸い物(花魁・ねぎ) おやつ(誕生日ケーキ)	御飯 150 チーズインバーガー 付)スナップエンドウ かぼちゃの煮物 フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(しろな・えのき)	御飯 150 大根菜の混ぜ御飯 黄金かき揚げ 付)しるな 花魁 れんこん金平 フルーツ缶(オレンジ) みそ汁(白菜・油揚げ)	
15時食	おやつ(ドーナツ・キッシュ・あん)	おやつ(ロールケーキ・いちご)	おやつ(バナナ・パロア)	おやつ(炭酸飲料)	おやつ(誕生日ケーキ)	おやつ(ブチケーキ)	おやつ(マスカットゼリー)	
夕	御飯 150 鶏肉のから揚げ 付)かき揚げ えびとかぶの煮物 フルーツ缶(パイナップル) 大根のゆかり和え	御飯 150 かき揚げの照り焼き 付)キャベツ・トマト かぶの佃煮 キャベツと大根の和え物 フルーツ缶(オレンジ)	御飯 150 豚肉のから揚げ 里芋の煮ころがし フルーツ缶(マンゴー) 香の物(赤しその実漬)	御飯 150 あじの山椒焼き 付)しるな かぼちゃの煮物 切干大根のゆず醤油和え フルーツ缶(パイナップル)	御飯 150 豚肉と白菜のクリーム煮 きんぴら フルーツ缶(オレンジ) 高菜漬	御飯 150 ますのきんぴら 付)甘酢生巻 ふろふき大根 チンゲン菜のお浸し フルーツ缶(パイナップル)	御飯 150 豚肉ときのこの中華炒め かき揚げ 煙菜の青じそ和え フルーツ缶(白桃)	
日付		12月15日(月)	12月16日(火)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)	12月20日(土)	12月21日(日)
朝	御飯 150 ひきわり納豆 チンゲン菜とベーコンの炒め物 うめびしお みそ汁(さつま芋・わか) 牛乳	御飯 150 ウインナー 煙菜としめじの和え物 ふりかけ みそ汁(冬瓜・かぶ菜) 牛乳	黒糖ロール オムツ 付)キャベツ・トマト 小松菜の鶏糸和え ジャム コンソメスープ(もやし・貝割) 牛乳	御飯 150 厚揚げの旨辛煮 ほうれん草の和え物 ふりかけ みそ汁(玉葱・わか) ヨーグルト	御飯 150 にしんの梅煮 付)しるな 大根の和風和え 金山寺みそ みそ汁(豆腐・貝割) 牛乳	御飯 150 がんもどきの煮物 キャベツの塩辛和え ふりかけ みそ汁(玉葱・ねぎ) 牛乳	食パン 90 ちくわの詰め煮 チンゲン菜のお浸し ジャム コンソメスープ(冬瓜・貝割) 乳酸菌飲料	
昼	御飯 150 赤魚の香味焼き 付)かき揚げ 肉じゃが フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(小松菜・うずまき鮓)	御飯 150 生巻あんかけうどん あん 鶏肉の唐揚げ 白菜のうま塩和え フルーツ缶(みかん)	御飯 150 じゃが芋のたらこ炒め キャベツのおかか和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(しるな・おつゆ鮓)	御飯 150 あじの和風ムニエル 付)スナップエンドウ キャベツのおかか和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(煙菜・油揚げ)	御飯 150 白身魚の半子ヨネネス焼き 付)アボカド・トマト なすの煮物 フルーツ缶(ミックス) うぐいす豆	御飯 150 鶏肉のから揚げ 付)かき揚げ・花人参 ほうれん草のピーナツ和え フルーツ缶(季節のいちご) みそ汁(さつま芋・かぶ菜)	御飯 150 かき揚げ ブロッコリーとほたての和え物 フルーツ缶(オレンジ) みそ汁(豆腐・わか)	
15時食	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(抹茶パンケーキ)	おやつ(メロンムース)	おやつ(チーズ蒸しパン)	おやつ(漬物)	おやつ(人形焼き)	おやつ(ドーナツ・キッシュ)	
夕	御飯 150 鶏肉のゆず醤油炒め ゆず醤油ソース 付)スナップエンドウ しるなとちくわの煮浸し フルーツ缶(パイナップル) 切干大根のゆかり和え	御飯 150 さばの南部焼き 付)ピーマン 卵の花 フルーツ缶(パイナップル) 香の物(福神漬)	御飯 150 しらすのバジル焼き 付)しるな かぶのコンソメ ブロッコリー・サラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 150 豚肉の玉葱ソース炒め 里芋の詰め煮 フルーツ缶(パイナップル) きゅうりの酢の物	御飯 150 白身魚の半子ヨネネス焼き 付)アボカド・トマト なすの煮物 フルーツ缶(ミックス) うぐいす豆	御飯 150 鶏肉のから揚げ 付)キャベツ・トマト 白菜のシク煮 フルーツ缶(黄桃) 人参サラダ	御飯 150 さわらの山椒焼き 付)スナップエンドウ 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ缶(パイナップル) 香の物(しるな)	
日付		12月22日(月)	12月23日(火)	12月24日(水)	12月25日(木)	12月26日(金)	12月27日(土)	12月28日(日)
朝	御飯 150 炒り豆腐 ほうれん草とわかめの和え物 たいみそ みそ汁(うずまき鮓・長葱) ヨーグルト	食パン 90 だし巻卵 付)うずら豆 わがのおかか和え ジャム コンソメスープ(さつま芋・わか) 牛乳	御飯 150 野菜とつみれの煮物 小松菜のごま和え 金山寺みそ みそ汁(豆腐・ねぎ) 牛乳	御飯 150 ひきわり納豆 しるなとちくわの煮浸し しそ昆布 みそ汁(里芋・わか) 牛乳	ロールパン2個 ウインナー 白菜のゆず醤油和え ジャム コンソメスープ(もやし・大根菜) 乳酸菌飲料	御飯 150 ふんわり寄せの煮物 キャベツの鶏糸和え うめびしお みそ汁(小松菜・おつゆ鮓) 牛乳	御飯 150 がんもどきの詰め煮 なすのから揚げ ふりかけ みそ汁(しろな・長葱) 乳酸菌飲料	
昼	二色丼 なすの炒め物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(玉葱・かぶ菜)	御飯 150 あじの南蛮漬 白菜と煙菜のお浸し フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(大根・貝割)	御飯 150 黄金かき揚げの照り煮 付)花魁・きぬさ きんぴらごぼろ フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(チンゲン菜・玉葱)	御飯 150 ハチマシ 鶏肉のチーズソース 付)アボカド・トマト キャベツ・ポテト デザート コンソメスープ(キャベツ・えのき)	御飯 150 かき揚げの梅肉焼き 付)アボカド・花人参 さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶(黄桃) 具沢山汁	御飯 150 チンゲのから揚げ 付)スナップエンドウ・トマト バジル・ポテト フルーツ缶(パイナップル) コンソメスープ(玉葱・かぶ菜)	御飯 150 まぐろのハンバーグ 付)キャベツ・トマト 付)ピーマン ほうれん草のごまごし フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(白菜・しめじ)	
15時食	おやつ(もみじまんじゅう)	おやつ(いちごムース)	おやつ(バームクーヘン)	おやつ(2層ロールケーキ)	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(パイナップルゼリー)	
夕	御飯 150 ますの唐揚げ 付)小松菜 かぼちゃのいとし煮 フルーツ缶(パイナップル) きゅうりの生巻醤油和え	御飯 150 豚肉と白菜のみそ鍋 さつま揚げとひじきの炒め物 フルーツ缶(黄桃) 香の物(青しその実漬)	御飯 150 ミートローフ デミソース 付)人参・ポテト 冬瓜とえびの煮物 ゼリー(キウイ) ピルル	御飯 150 ほっけの生巻醤油焼き 付)しるな ひじきの煮物 フルーツ缶(オレンジ) 漬漬(きゅうり)	御飯 150 おでん 煙菜とわかめの和え物 フルーツ缶(パイナップル) 香の物(赤しその実漬)	御飯 150 さばのねが醤油焼き 付)大根おろし えびとチンゲン菜の炒め フルーツ缶(パイナップル) わかめ佃煮	御飯 150 豚肉と野菜の塩焼炒め ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶(オレンジ) 茶福豆	
日付		12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(水)				
朝	食パン 90 スクランブルエッグ 煙菜のおかか和え ジャム コンソメスープ(冬瓜・わか) 牛乳	御飯 150 厚揚げの詰め煮 小松菜の鶏糸和え ふりかけ みそ汁(さつま芋・大根菜) 牛乳	御飯 150 和風ミートボール 付)しるな 切干大根のゆかり和え のり佃煮 みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳					
昼	御飯 150 麻婆豆腐 えび焼売 フルーツ缶(黄桃) 中華スープ(チンゲン菜・えのき)	御飯 150 鶏肉のバジル焼き 付)アボカド じゃが芋とわかめの炒め物 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(ほうれん草・うずまき鮓) 香の物(桜だいにん)	えび天そば 具 茄子の生巻あん あさりとチンゲン菜のお浸し フルーツ缶(ミックス)					
15時食	おやつ(焼ドーナツ)	おやつ(味噌まんじゅう)	おやつ(ぶどうムース)					
夕	御飯 150 たらちりの生巻 付)しるな・花魁 切干大根の炒め煮 キャベツときゅうりの和風和え フルーツ缶(キウイ)	御飯 150 さわらの七味焼き 付)かき揚げ ごま豆腐煮 フルーツ缶(パイナップル) 香の物(桜だいにん)	御飯 150 豚肉と野菜のみそ炒め 大根のミネストローネ フルーツ缶(オレンジ) えびみそ					

12/2(金) お誕生日×ニュー

12/20(土) 季節のいちご

12/22(月) 冬至×ニュー

12/26(土) クリスマス×

12/2(金) お誕生日メニュー

12/20(土) 季節のいちご

12/22(月) 冬至メニュー

12/25(木) クリスマスメニュー

12/31(水) 年越しそば