

2024年 12月献立予定表

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ じゃこ炒め 納豆	御飯 味噌汁 肉団子と野菜の煮物 大根の金平 漬物	パン ポトフ ミニオムレツ グリーンサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 肉詰め稲荷の煮物 竹の子炒め	パン コンソメスープ ほうれん草とベーコンのソテー ポテトサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 はんべんの野菜あんかけ 生揚げの煮物 たいみそ	御飯 味噌汁 肉じゃが 竹輪の煮物 ふりかけ	
昼食	御飯 中華スープ 白身魚のチリソース煮 春巻 ナムル 杏仁豆腐	御飯 味噌汁 カレイの生姜煮 ブロッコリーのかにあんかけ 香味和え フルーツ	ミートソーススパゲティ コーンポタージュ コロケ マリネサラダ フルーツ	サンドイッチ コンソメスープ 野菜のトマト煮 フレンチサラダ フルーツヨーグルト	特別食		ふわとろオムライス オニオンスープ アスパラのバターソテー コールスローサラダ フルーツ	御飯 中華スープ 酢鶏 シュウマイ 中華風和え 愛玉子
おやつ	レーズンクリームサンド	薄皮まんじゅう	カステラ	りんごパイ	ゆずまんじゅう	キャラメルプリン	ヨーグルトケーキ	
夕食	御飯 味噌汁 豚しぐれ煮 じゃが芋のバター醤油炒め 梅和え	御飯 すまし汁 鶏の柚胡椒焼き 車麩の煮物 ゆかり和え	御飯 すまし汁 鱈の西京焼き 五目煮 くるみ和え	御飯 味噌汁 鱈の幽庵焼き 蓮根の煮物 柚子和え	御飯 味噌汁 照り焼きハンバーグ 里芋の白煮 錦糸和え	御飯 味噌汁 白身魚の煮つけ きのこ炒め 塩昆布和え	御飯 すまし汁 鯖のもろみそ焼き ふきの煮物 和風サラダ	
	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	
朝食	御飯 味噌汁 肉詰め豆腐の煮物 レンコン金平 納豆	御飯 味噌汁 がんもの煮物 そぼろ炒め 漬物	パン コンソメスープ オムレツ スパゲティサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 さつま揚げの煮物 真砂炒め	パン クリームシチュー キャベツのソテー フレンチサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 大根と竹輪の煮物 茄子の香味炒め ゆずみそ	御飯 味噌汁 車麩の卵とじ 五目煮 ふりかけ	
昼食	御飯 味噌汁 ポークチャップ さつま芋のレーズン煮 みょうが和え フルーツ	御飯 すまし汁 鱈の蒲焼き じゃが芋の煮物 高菜和え ゼリー	肉うどん 竹輪の磯辺揚げ 梅和え フルーツ	御飯 すまし汁 鶏肉の唐揚げ ふろふき大根 くるみ和え フルーツ	御飯 味噌汁 牛肉豆腐 青菜炒め 和風サラダ ゼリー	キーマカレー オニオンスープ クリームコロケ グリーンサラダ フルーツ	御飯 すまし汁 ヒレカツ 冬瓜の煮物 酢味噌和え フルーツ	
おやつ	苺のパウンドケーキ	羊かんしぐれ	レモンケーキ	水ようかん	ミルクオムレット	チョコプリン	オレンジケーキ	
夕食	御飯 すまし汁 白身魚の照り焼き 根菜の煮物 もずく酢	御飯 味噌汁 豚肉と野菜の塩炒め ひじきの煮物 柚子和え	御飯 すまし汁 マスのチャンチャン焼き 温奴 マヨ醤油和え	御飯 味噌汁 鯖の塩焼き カレー炒め わさび和え	御飯 中華スープ 豚肉のオイスターソース炒め 餃子 塩ナムル	御飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 南瓜の煮物 ごま和え	御飯 味噌汁 鯖の塩麹焼き 里芋の煮物 お浸し	
	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	
朝食	御飯 味噌汁 生揚げと根菜の煮物 野菜炒め 納豆	御飯 味噌汁 竹輪と里芋の野菜あんかけ 茄子のそぼろ炒め 漬物	パン オニオンスープ ジャーマンポテト 花野菜サラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 魚河岸揚げの煮物 インゲンの胡麻炒め	パン コンソメスープ ハムエッグ 豆サラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 信田煮 大根の金平 梅びしお	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 きのこ炒め ふりかけ	
昼食	御飯 すまし汁 白身魚の煮つけ 青菜の塩炒め 昆布和え フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉の生姜焼き 切干大根の煮物 錦糸和え フルーツ	焼きそば 中華スープ 豆腐焼売 ザーサイ和え 杏仁豆腐	赤飯 味噌汁 鯖の柚庵焼き 根菜の煮物 ゆかり和え フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉の竜田揚げ さつま芋の煮物 なめ茸和え ゼリー	親子丼 味噌汁 青菜炒め 竹輪と胡瓜の辛子和え フルーツ	御飯 コンソメスープ ポークソテー 野菜のトマト煮 シーザーサラダ フルーツ	
おやつ	あんずケーキ	よもぎクリーム饅頭	苺のパウムクーヘン	お誕生日ケーキ	マロンあんドーナツ	抹茶プリン	牛乳ケーキ	
夕食	御飯 味噌汁 豚肉の柳川風煮 金平ごぼう 酢の物	御飯 すまし汁 鯖の味噌煮 ひじきの煮物 白和え	御飯 味噌汁 鱈の照り焼き 野菜炒め おかか和え	御飯 すまし汁 豚肉と茄子の味噌炒め 車麩の煮物 ツナ和え	御飯 味噌汁 和風ハンバーグ ぜんまいの煮物 生姜和え	御飯 すまし汁 豚肉の甘辛炒め かぶの煮物 ごま和え	御飯 味噌汁 白身魚のおろし煮 冬至南瓜 ピーナツ和え	
	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	
朝食	御飯 味噌汁 肉団子と根菜の煮物 ピーマン炒め 納豆	御飯 味噌汁 肉じゃが 金平ごぼう 漬物	パン コンソメスープ ミートオムレツ ツナサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 つくね焼き ひじきの煮物	パン パンプキンポタージュ ソーセージと野菜のソテー マカロニサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 肉詰め稲荷の煮物 人参金平 ゆずみそ	御飯 味噌汁 がんもの煮物 キャベツ炒め ふりかけ	
昼食	クリスマスランチ		サンマーメン 春巻 中華和え フルーツ	御飯 味噌汁 アジフライとコロケ 炊き合わせ のり和え ゼリー	御飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 小松菜と油揚げの煮びたし 冷奴 フルーツ	カレーライス コンソメスープ 野菜のピザ焼き コールスローサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き ふろふき大根 しらす和え フルーツ	
おやつ	クリスマスケーキ	うぐいすまんじゅう	メープルケーキ	どらやき	栗ようかんロール	カスタードプリン	バナナケーキ	
夕食	御飯 すまし汁 豚肉の焼肉風炒め インゲンの真砂炒め 磯和え	御飯 すまし汁 鱈のごまだれ焼き 大根の煮物 香味和え	御飯 味噌汁 鱈のみりん焼き 里芋の煮物 塩昆布和え	御飯 味噌汁 豚肉と野菜の生姜炒め 茄子のそぼろあんかけ もずく酢	御飯 すまし汁 白身魚の味噌バターソース じゃが芋の煮物 ゆかり和え	御飯 味噌汁 寄せ鍋 辛子和え	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 餃子 ナムル	
	29(日)	30(月)	31(火)					
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ 茄子のそぼろ炒め 納豆	御飯 味噌汁 はんべんの野菜あんかけ ピーマン炒め 漬物	パン コンソメスープ スクランブルエッグ ポテトサラダ ヨーグルト					
昼食	御飯 コンソメスープ ハンバーグデミグラスソース ほうれん草のソテー コーンサラダ ゼリー	御飯 すまし汁 鶏肉のもろみ焼き 五目煮 錦糸和え フルーツ	御飯 味噌汁 鱈のみぞれ煮 野菜炒め 香味和え フルーツ					
おやつ	レーズンクリームサンド	薄皮まんじゅう	カステラ	年越しそば いなり寿司 玉子焼き お浸し				
夕食	御飯 味噌汁 豚肉のピリ辛炒め 蕪のかにあんかけ 白和え	御飯 味噌汁 鯖の塩焼き 青菜のんにく炒め ごま和え						

*都合により献立を変更することがあります。