



12月



予定献立表

令和 6年 12月 1日 ~ 令和 6年 12月 10日

日	朝食	昼食	夕食
1(日)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 豚汁 海草サラダ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 芋金平 青菜のポン酢和え 
2(月)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 ふりかけ コア・コア 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 野菜スープ 大根サラダ フルーツ 	ごはん 団子揚げ 青菜のソテー ししゃもの南蛮漬け 
3(火)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 佃煮 牛乳 	赤飯 たらのかぶら蒸し すまし汁 青菜の辛し和え フルーツ 	ごはん スパニッシュオムレツ ぜんまい煮 グリーンサラダ 
4(水)	ごはん みそ汁 金平風 ふりかけ 牛乳 	塩ラーメン(代替えは八宝菜) 蒸しシューマイ エビサラダ 杏仁豆腐 	ごはん 赤魚の煮付け 豆腐チャンプル もずく酢 
5(木)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ アシド・ミルク 	ごはん 豆腐の肉味噌かけ 野菜のくず椀 長芋の梅肉和え コンポート 	ごはん ポトフ 肉団子 ビーフンサラダ 
6(金)	ごはん みそ汁 野菜ソテー 佃煮 牛乳 	ごはん ふくさ焼き 季節のみそ汁 青菜のなめたけ和え フルーツ 	ごはん 鶏のクリーム煮 金平 フレンチサラダ 
7(土)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん 鯖の洋風照り焼き 薄くず汁 アスパラの味噌和え フルーツ 	ごはん 関東煮 小松菜と豚肉のソテー 玉子豆腐 
8(日)	ごはん みそ汁 麩の煮付け 佃煮 牛乳 	ごはん ハッシュドハンバーグ ひじき煮 マカロニサラダ フルーツ 	ごはん たらの卵とじ かぶのくず煮 ユカリ和え 
9(月)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め ふりかけ イチゴヨーグルト 	ごはん てんぷら みそ汁 法連草の白和え フルーツ 	ごはん ロールキャベツ 南瓜のバター煮 トマトサラダ 
10(火)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ 牛乳 	ごはん 豚の角煮 玉子スープ 伴三絲 フルーツ 	ごはん 寄せ鍋 金時豆煮 菜花の味噌和え 

