

12月

献立表

期間:2024/12/1~2024/12/31

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	バターロール はちみつ 青梗菜とエビの炒め物 飲むヨーグルト バナナ	クリームエスカルゴ キャベツのクリーム煮 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) 大豆昆布佃煮 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム ポテトサラダ 飲むヨーグルト りんご	米飯 漬物(ツボ漬) 切干大根煮 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング ごぼうサラダ 牛乳 りんご
昼食	赤飯 鯛のフライ 里芋のゴマ煮 味噌汁	米飯 白身魚の麴漬け焼き ほうれん草の和え物 味噌汁	米飯 肉団子の酢豚風 しろ菜の和え物 わかめスープ	米飯 揚げ魚の香味ソース インゲンのソテー 味噌汁	ふりかけご飯 野菜たっぷり味噌ラーメン 焼き餃子 フルーツカクテル缶	米飯 鶏肉のパン粉焼き オーロラサラダ コンソメスープ	米飯 あじフライ 大根の和風サラダ 味噌汁
夕食	米飯 豚肉と筍の炒め物 金平レンコン 味噌汁	米飯 親子煮 小松菜の香味和え 味噌汁	米飯 白身魚の山椒焼 カリフラワーのからし和え 味噌汁	米飯 鶏肉の生姜焼き ひじき大豆煮 みそ汁	米飯 和風煮込みハンバーグ 野菜サラダ 卵スープ	米飯 ホキの漬け焼き 小松菜の和風ドレ和え みそ汁	米飯 厚揚げの味噌炒め しろ菜の海苔和え かきたま汁
3時	チョコババロア	おかしなバナナ	小倉あんパイ	ミルク饅頭	栗まんじゅう	チョコチップクッキー	マンゴーゼリー
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	バターロール はちみつ マカロニサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ 春雨サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬) 大豆とじゃこの煮物 味噌汁(ふ) 牛乳	バターロール いちごジャム 三度豆サラダ 飲むヨーグルト バナナ	米飯 漬物(ツボ漬) チンゲン菜の煮浸し 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム スパゲッティサラダ 飲むヨーグルト みかん缶	鮭雑炊 うの花とほうれん草の和え物 牛乳 マンゴー缶
昼食	米飯 鶏ソテーはちみつレモン風味 たけのこ炒め煮 味噌汁	米飯 ポテトサラダロールコロッケ しろ菜の卵の和え物 みそ汁	米飯 豆腐とえびのチリソース 茄子の生姜和え 卵スープ	米飯 豚肉の麴焼き 小松菜のソテー 味噌汁	ふりかけごはん 鶏卵うどん 大根の胡麻酢和え なすと豆のピリ辛炒め	米飯 アジのかば焼き 小松菜の土佐和え 味噌汁	米飯 豚焼き肉風 拌三絲 みそ汁
夕食	米飯 白身魚のピカタ 春雨の中華和え 豆乳スープ	米飯 回鍋肉 カリフラワーサラダ 中華スープ	米飯 鶏肉のから揚げ もやし炒め 味噌汁	米飯 白身魚のカレームニエル きんぴら牛蒡 清汁	米飯 白身魚の柚子味噌焼 ひじき煮付け みそ汁	米飯 千草焼き ハムとインゲンの炒め物 コンソメスープ	米飯 海老のミックスフライ 白菜とひじきのサラダ 卵スープ
3時	黒糖まんじゅう	ももムース	バームクーヘン	ブドウゼリー	どら焼き	紅茶ケーキ	ベビーあんドーナツ
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	バターロール いちごジャム ポテトサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ カリフラワーのサラダ 飲むヨーグルト りんご	米飯 漬物(赤かっぱ) 白菜の煮浸し 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) ひじきの煮物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリーミーポテト 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング しろ菜の柚子和え 牛乳 バナナ
昼食	米飯 魚と茄子の揚げ煮 春菊の辛子和え 味噌汁	*郷土料理*北海道 ふりかけごはん 北見塩焼きそば風 じゃが芋とコンの北海道炒め 粕汁	米飯 鶏肉の治部煮 玉葱和風サラダ 味噌汁	米飯 ハヤシライス ジャーマン南瓜 ブロッコリーのサラダ	米飯 魚の唐揚げネギソース 青梗菜の胡麻和え 味噌汁	米飯 豆腐の五目あんかけ ツナサラダ みそ汁	*冬至* 黒米 柚香る鮭キャベツメンチ 南瓜のいとこ煮 かき玉汁
夕食	米飯 ポークビーンズ 玉葱サラダ クラムチャウダー	米飯 麻婆豆腐 ナムル 中華スープ	米飯 白身魚の西京焼き 大豆サラダ 卵スープ	米飯 ホキの生姜焼き かに玉風スクランブル 味噌汁	米飯 肉団子の甘酢あんかけ 高野豆腐の煮物 中華スープ	米飯 白身魚の七味焼き じゃが芋のそぼろ煮 わかめと人参のスープ	米飯 豚肉の生姜焼き 辛子和え 味噌汁
3時	長崎カステラ	バナナムース	小麦饅頭	牛乳ケーキ	青りんごゼリー	レモンケーキ	ぼたぼた焼
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ しろ菜のサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) ひじきの煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ 春雨サラダ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物(青かっぱ) オクラの和え物 味噌汁(大根) 牛乳	食パン りんごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト バナナ	かに雑炊 野菜ソテー 牛乳 りんご
昼食	米飯 とりつくね焼 ツナサラダ 清汁	米飯 白身魚の竜田揚げ 煮豆腐 味噌汁	米飯 ホキの照り焼き 南瓜サラダ わかめスープ	*クリスマス* チキンライス エビフライと 白身魚のフライ 野菜サラダ コーンポタージュ	米飯 豆腐ハンバーグ 茄子の煮物 かき玉汁	米飯 白身魚のから揚げ ブロッコリーの土佐和え 味噌汁	豆カレー コーンコロッケ 野菜サラダ 福神漬
夕食	米飯 白身魚の柚子胡椒焼き 茄子の含め煮 味噌汁	米飯 豚肉のタタキ焼き 白菜サラダ コンソメスープ	米飯 ミートボールケチャップ煮 茄子の煮物 味噌汁	米飯 白身魚のごま焼き 法連草のおろし醤油ドレ和え すまし汁	米飯 白身魚の幽庵焼き もやしソテー 味噌汁	米飯 鶏肉の辛しマヨ焼き 小松菜の和え物 清汁	米飯 一銭焼風卵焼き しろ菜の和え物 味噌汁
3時	もみじ饅頭	ホットケーキ	ピーチゼリー	クリスマスケーキ	野菜カステラ	饅頭(吹雪)	黒糖ケーキ
	29	30	31				
朝食	バターロール いちごジャム 大根サラダ 飲むヨーグルト りんご	クリームエスカルゴ ポテトサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 金平ごぼう 味噌汁 牛乳				
昼食	米飯 白身魚のニンニクソテー きのこソース 小松菜の辛子酢味噌和え 清汁	米飯 味噌煮込みハンバーグ 春雨の和え物 けんちん汁	米飯 豚肉の柳川風煮 ピーマンソテー 味噌汁				
夕食	米飯 豚肉の田舎煮 ピーマン炒め 清汁	米飯 ホキのパン粉焼き ほうれん草のごま和え わかめと人参のスープ	*年越しそば* ふりかけご飯 年越しそば 青梗菜の和え物 イチゴゼリー				
3時	プリン	ぜんざい	マープルケーキ				