

12月のメニュー

朝							令和6年12月01日(日)	
							抹茶リング ツナ煮 牛乳	
							米飯 白身魚の和風ニエル かぼちゃと肉団子の煮物 なめだけ和え	
夕							米飯 鶏の梅しそ天ぷら カブのくず煮 酢味噌和え	
	令和6年12月02日(月)	令和6年12月03日(火)	令和6年12月04日(水)	令和6年12月05日(木)	令和6年12月06日(金)	令和6年12月07日(土)	令和6年12月08日(日)	
朝	パントースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリーミー タイプ	チョコカスター 菜の花のソテー 牛乳	黒糖ミルク カリフラワーサラダ 牛乳	ゆかり御飯 五目豆 みそ汁 グレープジュース	丸ロール ポテトサラダ 牛乳	ツマヨロール&黒糖ロール 元気ヨーグルト コーンスープ	チョコカスター ほうれん草のごまサラダ 牛乳	
夕	米飯 タンドリーチキン なすの煮物 デザートムース(ピーチ)	かつ丼 酢の物 粕汁	米飯 赤魚の味噌煮 卵の炒め物 野菜サラダ	焼きそば コロッケ オニオンサラダ	米飯 和風ハリパーグ 茄子のごま味噌煮 プロッコリーの和え物	皿うどん プロッコリーの炒め物 ゼリー(みかん)	米飯 ひらすの梅肉焼き じゃが芋のコンソメ煮 カロリーメイトゼリー	
夕	米飯 あじの蒲焼 大根の煮物 オクラのポン酢和え	米飯 ホキのコン焼 そぼろ煮 冷奴	麦ごはん 鶏肉の玉葱ソース 切干大根 ごぼうサラダ	麦ごはん ぶりの生姜煮 しゅうまい 春雨サラダ	米飯 キッシュ もやし炒め カリフラワーのソース	米飯 鰯のみりん焼き 冬瓜の煮物 ほうれん草の辛子和え	米飯 鶏のバジルソテー レツリーフ金平 しろなおかか和え	
	令和6年12月09日(月)	令和6年12月10日(火)	令和6年12月11日(水)	令和6年12月12日(木)	令和6年12月13日(金)	令和6年12月14日(土)	令和6年12月15日(日)	
朝	パントースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリーミー タイプ	レーズンベストリー 野菜のスープ煮 牛乳	抹茶リング 花野菜のサラダ 牛乳	わかめご飯 ツナとさといもの煮物 みそ汁 アップルジュース	カスタードクリームパン 白菜のクリーム煮 牛乳	ワッフル 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク カリフラワーのカレーソテー 牛乳	
夕	焼き鶏丼 肉巻 菜の花の辛子和え	米飯 赤魚の香味焼き 卵とじ マスタードサラダ	米飯 ボボティー ポーアウォースのスープ プロッコリーのごま和え	味噌ラーメン ぎょうざ チンゲン菜としめじのサラダ	麦ごはん 焼き南蛮漬け トマト煮 フルーツ缶(リンゴ)	米飯 味噌カツ 炒り豆腐 きゅうりとカブの酢の物	米飯 さわらの煮付け 大根のみそ炒め 春菊の白和え	
夕	米飯 ホキの華風みそ煮 ピーマンソテー 白菜のマヨ和え	米飯 豚肉の華風焼き 里芋煮 海草サラダ	米飯 金目鯛の煮付け れんこんの炒め物 酢味噌和え	米飯 さわらの漬け焼き さつまいもの煮物 ゆず和え	米飯 牛肉の山椒煮 チゲの葉とちくわの炒め物 大根サラダ	米飯 ピンクサーモンの塩焼き ひじきの煮物 さつまいもサラダ	米飯 鶏肉の葉味焼き かぼちゃサラダ れんこんみそ汁	
	令和6年12月16日(月)	令和6年12月17日(火)	令和6年12月18日(水)	令和6年12月19日(木)	令和6年12月20日(金)	令和6年12月21日(土)	令和6年12月22日(日)	
朝	ピザトースト&カットドーナツ 元気ヨーグルト クリーミー タイプ	トースト スクランブルエッグ 牛乳	抹茶リング ソテー 牛乳	わかめご飯 里芋の煮物 みそ汁 グレープジュース	りんりんりんご プロッコリーサラダ 牛乳	ハンバーガー ⁺ 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク 野菜サラダ 牛乳	
夕	米飯 鶏天 野菜ソテー カラーサラダ	米飯 タラのパン粉焼き 厚揚げの煮物 チゲの葉の和え物	キーマカレー ⁺ キヤハッサラダ 福神漬 季節の果物 あいか	米飯 ホキのカレー風味揚げ こうや煮 さつま芋サラダ	豆乳スープパスタ 菜の花ときのこの炒め物 小松菜のお浸し	かぼちゃと鶏肉の炊込みご飯 銀だらの塩焼き 小松菜の炒め煮 ゆかり和え	米飯 白身魚のフライ ヨーグルト和え 粕汁	
夕	麦ごはん メバルの七味焼き だいこんのかにあんかけ 白菜の和え物	米飯 酢豚 坊と里芋の煮物 オクラのマヨ和え	米飯 あじの梅風味焼き コンソメ煮 青梗菜の和え物	米飯 豚肉のオイスターソース炒め かぼちゃの煮物 もずく酢	米飯 牛しゃぶ風 さつま芋のソテー ほうれん草の和え物	米飯 豚肉と厚揚げの煮物 マグロカツ ナムル	米飯 豚肉の照焼き さつまいものレモン煮 ひじきサラダ	
	令和6年12月23日(月)	令和6年12月24日(火)	令和6年12月25日(水)	令和6年12月26日(木)	令和6年12月27日(金)	令和6年12月28日(土)	令和6年12月29日(日)	
朝	コーンヨートースト&丸ロール 元気ヨーグルト クリーミー タイプ	レーズンベストリー ささみと野菜のソテー ⁺ 牛乳	カスタードクリームパン じゃが芋のコンソメ煮 牛乳	ゆかり御飯 かぶの煮物 みそ汁 アップルジュース	チョコチップメロンパン タマゴサラダ 牛乳	タマゴロール&イエローロール 元気ヨーグルト コーンスープ	レーズンベストリー ⁺ クリーム煮 牛乳	
夕	米飯 豚肉の甘辛炒め なすのごま煮 オクラの梅肉和え	寿司パフェ すまし汁 和え物 ホワイトチョコムース	ピラフ&カレーソース OR カレーピラフ&カレーソース からあげ キヤハッサラダ	生姜あんかけうどん 青菜の和え物 じゃがいもの甘辛炒め ほうれん草の和え物	菜飯 バルの山椒煮 れんこんみそ汁 ほうれん草の和え物	米飯 豚すき煮 メンチカツ ピーナッツ和え	米飯 タラのポテト焼き がんものの煮物 フルーツ缶(みかん)	
夕	麦ごはん 鰯の味噌漬け焼き 筑前煮 小松菜の辛子和え	米飯 糸揚げ 切干大根の煮物 昆布和え	米飯 さばの照り焼き 冬瓜の煮物 青菜のお浸し	米飯 えびと卵の中華炒め トマト煮 白菜のゴマドレ和え	麦ごはん 豚肉のねぎ塩だれ ひじきの煮物 春雨の和え物	米飯 ホキのマカロントースト さつまいもの甘煮 白菜のごま醤油和え もずく酢	米飯 肉じゃが 小松菜の炒め物	
	令和6年12月30日(月)	令和6年12月31日(火)	<p style="text-align: center;">●今月の行事食●</p> <ul style="list-style-type: none"> • 12月11日(水)昼食 • • お楽しみメニュー(世界料理: 南アフリカ) • 12月20日(金)昼食 • • クリスマス会メニュー • 12月21日(土)昼食 • • 冬至メニュー • 12月24日(火)昼食 • • クリスマス・イブメニュー • 12月25日(水)昼食 • • クリスマスマニュ • 12月31日(火)夕食 • • 大晦日メニュー 					
朝	ピザトースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリーミー タイプ	チョコカスター ソテー ⁺ 牛乳						
夕	米飯 チキンカツ だいこんの鳴門煮 マカロニサラダ	米飯 野菜炒め キヤハッサラダ ナムル						
夕	米飯 赤魚の煮付け 金平ごぼう なめだけ和え	かやくご飯 年越しそば ふろふき大根 もやしのポン酢和え						