

# 12月のメニュー

							令和06年12月01日(日)	
朝							抹茶リング ツナ煮 牛乳	
昼							米飯 白身魚の和風みそ汁 かぼちゃと肉団子の煮物 なめたけ和え	
夕							米飯 鶏の梅しそ天ぷら カブのくす煮 酢味噌和え	
	令和06年12月02日(月)	令和06年12月03日(火)	令和06年12月04日(水)	令和06年12月05日(木)	令和06年12月06日(金)	令和06年12月07日(土)	令和06年12月08日(日)	
朝	ハチマツトースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	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	ツマミロール&黒糖ロール 元気ヨーグルト コンスープ	チョコカスター ほうれん草のごまサラダ 牛乳	
昼	米飯 タンダーチキン なすの煮物 デザートミックス(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 五目豆 オニオンサラダ	米飯 和風ハンバーグ 茄子のごま味噌煮 ブロッコリーの和え物	皿うどん ブ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 カリロイメイトゼリー	
夕	米飯 あじの蒲焼 大根の煮物 オクラの味噌和え	米飯 ホキのコーン焼き そぼろ煮 冷奴	麦ごはん 鶏肉の玉葱ソテー 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 キャベツ もやし炒め カリフラワーのマリネ	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 いんげん金平 しろなのおかか和え	
	令和06年12月09日(月)	令和06年12月10日(火)	令和06年12月11日(水)	令和06年12月12日(木)	令和06年12月13日(金)	令和06年12月14日(土)	令和06年12月15日(日)	
朝	ハチマツトースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	レーズンパストリー 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 コンスープ	黒糖ミルク カリフラワーのカレーソテー 牛乳	
昼	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 ポポティー ポーアウォースのスープ ブ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 キャベツ菜とちくわの炒め物 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06年12月16日(月)	令和06年12月17日(火)	令和06年12月18日(水)	令和06年12月19日(木)	令和06年12月20日(金)	令和06年12月21日(土)	令和06年12月22日(日)	
朝	ハチマツトースト&カスタードロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	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 ブロッコリーサラダ 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト コンスープ	黒糖ミルク 野菜サラダ 牛乳	
昼	米飯 鶏天 野菜ソテー マカロニサラダ	米飯 タラのパン粉焼き 厚揚げの煮物 キャベツ菜の和え物	キーマカレー キャベツサラダ 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き込みご飯 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 じゃと里芋の煮物 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 豚肉のオニオンソテー炒め 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06年12月23日(月)	令和06年12月24日(火)	令和06年12月25日(水)	令和06年12月26日(木)	令和06年12月27日(金)	令和06年12月28日(土)	令和06年12月29日(日)	
朝	ハチマツトースト&丸ロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	レーズンパストリー 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	ツマミロール&イエローロール 元気ヨーグルト コンスープ	レーズンパストリー クリーム煮 牛乳	
昼	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&和風ソース からあげ キャベツサラダ	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	菜飯 メバルの山椒煮 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 丼ぶり 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 白菜のトマト和え	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 ホキのマスタード焼き さつまいもの甘煮 白菜のごま醤油和え	米飯 肉じゃが 小松菜の炒め物 もずく酢	
	令和06年12月30日(月)	令和06年12月31日(火)	●今月の行事食●					
朝	ハチマツトースト&ショコラロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	チョコカスター ソテー 牛乳	 <ul style="list-style-type: none"><li>・12月11日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(世界料理：南アフリカ)</li><li>・12月20日(金) 昼食・・・クリスマス会メニュー</li><li>・12月21日(土) 昼食・・・冬至メニュー</li><li>・12月24日(火) 昼食・・・クリスマス・イブメニュー</li><li>・12月25日(水) 昼食・・・クリスマスメニュー</li><li>・12月31日(火) 夕食・・・大晦日メニュー</li></ul>					
昼	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 丼ぶり ナムル						
夕	米飯 赤魚の煮付け 金平ごぼう なめたけ和え	かやくご飯 年越しそば ふるふき大根 もやしのポン酢和え						