



12月分献立表



	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
選択食			A: 太刀魚の幽庵焼き B: 鶏肉のおろし煮	A: 鱈の大葉フライ B: 鶏肉のオイスターソース炒め	A: 鱈の七味焼き B: 肉じゃが	A: 鮭のちゃんちゃん焼き B: 牛丼
通常献立			ご飯 白菜の煮物 ブロッコリーの辛子和え 味噌汁	ご飯 海老シュウマイ 春雨サラダ 中華スープ	ご飯 大根煮柚子添え 菊菜の胡麻和え 味噌汁	ご飯(A) 蓮根の炒め物 胡瓜の酢の物 お吸い物・漬物(B)
おやつ			黒糖饅頭	ココアロール	田舎饅頭	リンゴケーキ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: カレイの唐揚げ B: 八宝菜	蟹めし定食	長寿ご飯の日	A: 鱈のホイル焼き B: チキン南蛮	A: メルルーサのムニエルきのこソース B: スパゲティーミートソース	A: 赤魚の山椒煮 B: 鶏肉のくわ焼き
通常献立	ご飯 ブロッコリーの炒め物 中華スープ マンゴー缶	蟹めし 鱈の柚子蒸し かぶの海老あんかけ・おすまし 菊菜の胡麻和え・デザート	麦ご飯 豚肉と里芋のピリ辛煮 チンゲン菜の炒め物・白菜としめじの甘酢和え 黒胡麻のとろろ汁(温)	ご飯 冬瓜のあんかけ 蓮根の胡麻サラダ お吸い物	ゆかりご飯(B半量) さつま芋のレモン煮 コールスローサラダ コンソメスープ	ご飯 いんげんと平天の煮物 柚子なます 味噌汁
おやつ	黒糖棒	黄味あん饅頭	厚切りカットバウム	あんずケーキ	芋きんつば	栗饅頭
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: ホキのおろし煮 B: とんかつ	A: 鮭の菜種焼き B: ハンバーグ	A: 秋刀魚の味噌煮 B: 鶏肉の照り焼き	A: 白身魚のピカタ B: ハヤシライス	A: カレイの更紗あんかけ B: 牛肉とブロッコリーの炒め物	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 蓮根の海苔金平 白菜の辛子醤油和え 味噌汁	ご飯 きのこのソテー ほうれん草のピーナッツ和え クラムチャウダー	ご飯 南瓜の煮物 カリフラワーの甘酢和え お吸い物	ご飯(A) チンゲン菜とコーンのソテー マカロニ玉子サラダ コンソメスープ(A)・フルーツカクテル(B)	ご飯 じゃが芋の煮物 チンゲン菜のわさび和え 味噌汁	じゃこの混ぜご飯 天ぷらの盛り合わせ 春菊の胡麻和え 赤だし・みかん
おやつ	薄皮利休	ワッフルスティック	羊羹焼き饅頭	エクレア	キウイ	チョコカステラ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
選択食	A: ホッケの七味焼き B: 豚肉の塩だれ炒め	A: ホキの柚子香煮 B: 鶏大根	A: 鱈の塩麹焼き B: 肉じゃが	A: 鯖の生姜煮 B: 甘だれ肉団子	クリスマスランチ	A: 鱈の野菜あんかけ B: 鶏肉の南部焼き
通常献立	ご飯 がんもの煮物 小松菜のナムル お吸い物	ご飯 南瓜のいとこ煮 ツナサラダ 味噌汁	ご飯 竹輪の煮物 キャベツのわさび和え 味噌汁	ご飯 お麩の玉子とじ 小松菜のポン酢和え お吸い物	バターライスのオムライスデミソース 手作り海老フライ レタスサラダ・野菜スープ サンタとモミの木風マッシュポテト・デザート	ご飯 白菜の煮物 胡瓜と竹輪の胡麻和え 味噌汁
おやつ	コーヒーケーキ	うさぎ饅頭	プチガドーケーキ	ミニ野菜カステラ	いちごショートケーキ	いちごロール
	27日	28日	29日	30日		
選択食	A: ホッケの漬け焼き B: 筑前煮	長寿ご飯の日	A: 赤魚の甘辛煮 B: 香味野菜炒め	A: 鱈の西京焼き B: 牛肉の柳川風		
通常献立	ご飯 じゃが芋煮 小松菜のピーナッツ和え お吸い物	洋風きのこご飯 スズキの香草フライ コールスローサラダ コンソメスープ・プリン	ご飯 ひじきの煮物 大根サラダ 味噌汁	ご飯 蓮根の田舎煮 ブロッコリーの塩昆布和え お吸い物		
おやつ	小倉ワッフル	酒饅頭	長崎カステラ	柚子饅頭		