



# 12月分献立表

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
選択食				A: サーモンフライ B: 豚肉のカレー炒め	A: 赤魚の照り焼き B: 豚肉の塩だれ炒め	A: 赤魚の粕漬け B: 豚肉のくわ炒め
通常献立				ご飯 ブロッコリーとハムのソテー コンソメスープ ピーチフルーチェ	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	ご飯 蓮根の海苔きんぴら 白和え お吸い物
おやつ				ココアロール	田舎まんじゅう	りんごケーキ
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
選択食	あんかけうどん定食	A: 鱈の野菜あんかけ B: スパゲティーミートソース	A: ほっけの七味焼き B: 親子丼	<b>長寿ご飯の日</b>		A: 赤魚の塩麴焼き B: 豚肉の吉野煮
通常献立	菜飯とじゃこの混ぜご飯 五目あんかけうどん 海老天・ちくわの磯辺天 菊菜の胡麻和え・デザート	菜飯 (A) ロールパン (B) ソーセージ炒め フレンチサラダ 中華スープ (A) ・プリン (B)	ご飯 (A) 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物・漬物 (B)	ご飯 ブリ大根 <small>里芋のそぼろ煮・ほうれん草のわさび和え しめじのお吸い物(柚子風味)</small>	ご飯 白菜ベーコン煮 しそドレ和え かぼちゃポターージュ	ご飯 しらたきの明太子炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁
おやつ	黒糖棒	黄味あんまんじゅう	厚切りカットバウム	あんずケーキ	とろけるキャラメルプリン	栗まんじゅう
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
選択食	A: 鱈のムニエル B: 具だくさんオムレツ	A: 鱈のねぎ味噌焼き B: 鶏肉の生姜焼き	A: メルルーサのピカタ B: ミンチカレー	A: 海老団子と白菜の野菜あん B: 焼き餃子	A: 鮭のバター焼き B: 鶏天	A: ホキの照り焼き B: 焼きそば
通常献立	ご飯 きのこのソテー ほうれん草の洋風お浸し コンソメスープ	ご飯 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物	ご飯 (A) 海老の炒め物 キャベツのレモン和え <small>豆乳みそスープ (A) ・ヨーグルト (B)</small>	ご飯 小松菜の炒め物 大根の甘酢和え 中華スープ	ご飯 金時豆 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 (B半量) 高野豆腐卵とじ しろ菜とえのきの和え物 お吸い物
おやつ	薄皮利休	ワッフルスティック	羊羹焼きまんじゅう	エクレア	フルーツ (キウイ)	チョコカステラ
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
選択食	A: 太刀魚の煮付け B: 照り焼きハンバーグ	A: 鮭のチャーハン B: 八宝菜	<b>クリスマスランチ</b>		A: 赤魚の山椒煮 B: 牛焼肉	A: 白身魚の更紗あんかけ B: 鶏肉のやわらか煮
通常献立	ご飯 卵の花 二色浸し お吸い物	ご飯 (B) 肉団子の甘酢あん 小松菜のナムル <small>中華スープ・りんごゼリー (A)</small>	チキンライス 海老フライ <small>ほうれん草とベーコンのキッシュ 温野菜・コーンスープ・クラッシュゼリー</small>	ご飯 南瓜の煮物 白菜のおかか和え お吸い物	ご飯 蓮根の海苔きんぴら アスパラのマヨ和え お吸い物	ご飯 いんげんの胡麻炒め 茄子の生姜和え 味噌汁
おやつ	コーヒーケーキ	うさぎ饅頭	クリスマスケーキ	ミニ野菜カステラ	ミニマフィンショコラ	イチゴロール
	26日	27日	28日	29日	30日	
選択食	A: 鮭と野菜の焼き浸し B: 牛肉とブロッコリーのオイスター炒め	A: ホキの照り焼き B: そぼろ肉じゃが	<b>長寿ご飯の日</b>		A: カレイのクリームソースがけ B: ミートローフ	
通常献立	ご飯 白菜の煮物 中華風春雨 中華スープ	ご飯 がんもの炊き合わせ オクラと鶏のおかか和え 味噌汁	ちりめんのせご飯 <small>鶏の治部煮・ひじきと大豆の煮物 カリフラワーの甘酢和え</small> お吸い物	ご飯 (A) チンゲン菜の炒め物 白菜の柚子和え 味噌汁・漬物 (B)	ご飯 キャベツのカレー炒め ブロッコリーのピーナッツ和え コンソメスープ	
おやつ	小倉ワッフル	酒まんじゅう	長崎カステラ	ゆずまんじゅう	ようかん (あずき)	