



12月の献立表



	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	米飯150g 具だくさん豚汁 卵の花 漬け物	米飯150g 味噌汁(高野豆腐) 鶏肉のチーズホイル焼き れんこん昆布炒め	米飯150g コンソメスープ 白身魚のタルタルフライ ひじきと豆のごま和え	米飯150g 吸い物(板麩・しろ) ローストポークりんごソース 細切りれんこんの田舎煮	米飯150g お吸い物 豚天ポン酢がけ 白菜の梅マヨ和え
3時	フルーツゼリー 9	桃ヨーグルト 10	果物 11	一口まんじゅう 12	たこ焼き 13
昼食	だし茶づけ(梅・昆布) 蒸し豚のおろしのせ 小松菜のなめたけ和え	米飯150g 清汁(板麩・かいわれ) 鶏の唐揚げ いもきんぴら	米飯150g 味噌汁(おくら・ねぎ) カレーの煮付け 里芋の含め煮	米飯150g ワカメスープ 煮込みハンバーグ 野菜のゴママヨ和え	☆山口県の郷土料理☆ わかめごはん けんちょう汁(大根と豆腐炒め汁) チキンチキンごぼう
3時	果物 16	一口まんじゅう 17	ロールケーキ 18	ミニマドレーヌ 19	スイートポテト 20
昼食	かき揚げうどん ねぎ入り卵焼き オクラお浸し	味噌焼きおにぎり サケの白煮 長芋の梅肉和え	米飯150g 味噌汁(豆腐・油揚げ) 鶏の塩麹漬焼き 生姜入りきんぴらごぼう	米飯150g れんこんすりおろし汁 塩サバ ふろふき大根	【選択食】 カレー風味スープ ポテトサラダ 【A】 スバゲティーナポリタン 【B】 ミックスサンドイッチ
3時	カステラ 23	果物 24	一口まんじゅう 25	たこ焼き 26	パイとチョコ 27
昼食	米飯150g お吸い物 天ぷら盛り合わせ もずく酢	クリスマスプレート☆ ロールパン じゃが芋のポターージュ	米飯150g 味噌汁(わかめ・えのき) サンマの梅煮 竹輪の油炒め	あんかけ焼きそば 中華スープ キャベツのおかか和え	ハムチーズサンド ミネストローネ さつま芋のプチグラタン 牛乳
3時	いちごヨーグルト 30	クリスマスデザート☆	果物	蒸しケーキ(モカ)	一口まんじゅう
昼食	ロールパン クリームシチュー オクラ和風サラダ リンゴジュース				
3時	ブルーベリーヨーグルト				