

週間予定献立表 (12月)

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝	ご飯 味噌汁 鱈の塩焼き 落と油揚げの煮物 刻み野沢菜大根 牛乳	ご飯 味噌汁 薩摩揚げの京風煮 わらびのお浸し たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 豆腐玉子チャンプルー 竹輪とピーマン金平 ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 蕪とベーコンの煮物 クリームペンネ キャロットラペ 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と油揚げ煮物 生姜と大豆のそぼろ煮 胡瓜めかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子と春雨煮 白菜と木耳の香味炒め 長いものめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ ポテトサラダ いんげんと人参ソテー 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 鶏の柚子胡椒焼き おから炒り 香の物 果物	ご飯 豚汁 鮭の塩こうじ漬け焼き 揚げ茄子肉みそかけ 香の物 果物	ご飯 わかめスープ チンジャオロースウ 中華風ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 のっぺい汁 鱈の生姜煮 揚げだし豆腐 香の物 果物	牛丼 味噌汁 ひじきのツナ煮 香の物 果物	焼きカレーうどん トマトのスープ 三色ナムル 果物	菓子パン 玉子のスープ クリームシチュー ブロッコリーの炒め物 果物
夕	ご飯 味噌汁 鯖の味噌煮 麻婆豆腐 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のしぐれ煮 野菜サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮓) 根菜の煮物 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の味噌漬け焼き 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 鱈のマヨネーズ焼き 薩摩芋とリンゴの甘煮 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の生姜焼き コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 鶏肉と里芋の煮つけ 香の物

週間予定献立表 (12月)

	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝	ご飯 味噌汁 メヌケの土佐煮 チョレギサラダ もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 茄子の山椒煮 たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 三角信田煮 からし菜お浸し ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 彩りスクランブルエッグ ラタトゥイユ セロリックス 牛乳	ご飯 味噌汁 豚バラ大根 おみ漬け白和え だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 わらびのお浸し うぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ 白菜コールスロー ブロッコリー玉葱のソテー 牛乳
昼	カレーライス 野菜スープ カリフラワーの白和え フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅風味焼き ゴーヤチャンプルー 香の物 果物	ご飯 山菜汁 鰯の照り焼き 冬瓜のひき肉あんかけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚肉の角煮 和風コールスロー 香の物 果物	ご飯 きのこ汁 焼き魚(甘塩鮭) 切り昆布煮しめ 香の物 果物	茸のスパゲッティ ワンタンスープ 野菜サラダ 果物	菓子パン ミネストローネスープ 白身魚のホワイトソース 五色サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 牛肉の生姜焼き お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 おでん風煮物 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の西京焼き 南瓜笹かま炊き合わせ 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉やわらか煮 南瓜のサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 鱸の味醂焼き 五目焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 親子煮 もずく酢 香の物