

12月献立表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
令和元年12月1日	令和元年12月2日	令和元年12月3日	令和元年12月4日	令和元年12月5日	令和元年12月6日	令和元年12月7日
赤飯 味噌汁(揚げ・大根葉) 鶏の唐揚げおろし煮 小松菜の煮浸し パイン缶 和のパンケーキ(抹茶) 613kcal 食塩2.4g	御飯 味噌汁(麩・人参) アジの煮付け オクラのなめ茸和え 黄桃缶 クレープ(バナナ) 524kcal 食塩3.2g	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 中華サラダ キウイ クレープ(バナナ) 637kcal 食塩2.9g	御飯 清まし汁(豆腐・豆苗) 赤魚のもろみ焼き 豚と根菜の炒め煮 りんご缶 クレープ(バナナ) 618kcal 食塩2.1g	御飯 味噌汁(さつまいも・葱) 豚肉の柳川風 かぶの水晶煮 みかん缶 黒糖まんじゅう 640kcal 食塩2.7g	御飯 コンソメスープ チキンソテー チーズサラダ マンゴー缶 黒糖まんじゅう 634kcal 食塩2.5g	御飯 清まし汁(もやし・貝割れ) メンチカツ&エビフライ 切干大根の炒め煮 白桃缶 黒糖まんじゅう 650kcal 食塩3.0g
令和元年12月8日	令和元年12月9日	令和元年12月10日	令和元年12月11日	令和元年12月12日	令和元年12月13日	令和元年12月14日
たぬきうどん 青菜と桜えびの炒め物 洋梨缶 〈めん禁〉 御飯/味噌汁/カレイの煮付け 黒糖まんじゅう 492kcal 食塩3.4g	御飯 味噌汁(白菜・貝割れ) メヌケの葱あんかけ とうふチャンプル パイン缶 シュークリーム 577kcal 食塩3.2g	ポークカレー コンソメスープ コーンコールスロー 福神漬け フルーツヨーグルト シュークリーム 722kcal 食塩3.0g	御飯 味噌汁(キャベツ・人参) 塩麹魚と野菜の重ね蒸し さつまいもの甘煮 マンゴー缶 シュークリーム 608kcal 食塩2.3g	御飯 コンソメスープ 豚肉ときのこのトマト煮 キャベツソテー 黄桃缶 スイスロール(モカ) 659kcal 食塩2.3g	十五穀ごはん 味噌汁(いんげん・玉ねぎ) サバの煮付け ハムとチンゲン菜の炒め物 みかん缶 スイスロール(モカ) 599kcal 食塩3.0g	御飯 味噌汁(白菜・ニラ) 鶏肉のきのこあんかけ 金平ごぼう キウイ スイスロール(モカ) 597kcal 食塩2.1g
令和元年12月15日	令和元年12月16日	令和元年12月17日	令和元年12月18日	令和元年12月19日	令和元年12月20日	令和元年12月21日
御飯 具沢山汁 サワラの西京漬焼き 切干大根の煮物 りんご缶 スイスロール(モカ) 549kcal 食塩2.0g	御飯 清まし汁(白菜・豆苗) 鶏肉の辛子味噌焼き 里芋の含め煮 パイン缶 どら焼き(あん) 598kcal 食塩2.2g	御飯 味噌汁(大根・葉) 揚げ魚の野菜あんかけ ひじきの炒め煮 みかん缶 どら焼き(あん) 648kcal 食塩2.6g	御飯 清まし汁(なると・三つ葉) 豚肉と玉ねぎの煮物 小松菜の和え物 洋梨缶 イチゴスペシャル 603kcal 食塩2.4g	中華風炊き込み御飯 たまごスープ 豚キムチ炒め 中華サラダ マンゴー缶 イチゴスペシャル 695kcal 食塩3.1g	御飯 味噌汁(チンゲン菜・さや) メヌケの野菜あんかけ 切干大根のサラダ 白桃缶 イチゴスペシャル 644kcal 食塩2.5g	ハヤシライス コンソメスープ たまごサラダ フルーツヨーグルト(黄桃) イチゴスペシャル 775kcal 食塩3.5g
令和元年12月22日	令和元年12月23日	令和元年12月24日	令和元年12月25日	令和元年12月26日	令和元年12月27日	令和元年12月28日
御飯 味噌汁(白菜・インゲン) サバの柚庵焼き カボチャのいとこ煮 キウイ どら焼き(あん) 661kcal 食塩2.4g	御飯 味噌汁(豆腐・インゲン) 鶏肉のマヨネーズ焼き 小松菜の磯和え パイン缶 ドームケーキ(カスタード) 666kcal 食塩2.5g	御飯 味噌汁(畑菜) ブリの山椒焼き 白菜のポン酢和え マンゴー缶 ドームケーキ(カスタード) 617kcal 食塩2.4g	バターライス クリームポタージュ チキンのトマトソースがけ イタリアンサラダ 黄桃缶 キャラメルケーキ 674kcal 食塩3.0g	御飯 清まし汁(白玉麩・豆苗) 白身魚のみそチーズ焼き 厚揚げの含め煮 パイン缶 和のパンケーキ(きなこ黒糖) 592kcal 食塩2.3g	御飯 コンソメスープ 鶏肉のカレー風味焼き コールスロー みかん缶 和のパンケーキ(きなこ黒糖) 522kcal 食塩1.7g	御飯 味噌汁(白菜・人参) サワラの香味焼き ニラと卵の炒め物 りんご缶 和のパンケーキ(きなこ黒糖) 605kcal 食塩2.6g

