



# 献立表



	月	火	水	木	金	土	日
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	米飯 白菜とベーコンのコンソメ煮 味噌汁 (玉ねぎ・ワカメ) 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 ハムと野菜のソテー 味噌汁 (さつまいも・葉大根) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 鰯のレモン煮 味噌汁 (キャベツ・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 目玉焼 味噌汁 (かぼちゃ・ねぎ) 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 五目豆 味噌汁 (さつまいも・ぶなびー) 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 キャベツと竹輪の玉子炒め 味噌汁 (大根・なめこ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 炒り豆腐 味噌汁 (白菜・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ
昼食	米飯 豚肉の塩ダレ焼 大根の含め煮 フルーツカクテル缶	米飯 鱈の西京焼 マカロニサラダ 清汁	米飯 鰯大根 小松菜と海老の炒め物 手作りイチゴパウンド	米飯 肉じゃがコロッケ ピーマンのジャコ煮 豚汁	米飯 人気メニュー 親子煮 南瓜の煮物 清汁	米飯 鱈のフリマヨ焼 花しんじょうの煮物 ピーマンス	米飯 人気メニュー ハンバーグトマトソース じゃが芋のたらこ炒め パナ
	米飯 魚の土佐煮 キノコと葱のソテー 味噌汁 (豆腐・ワカメ)	米飯 豆腐チャンプル 牛蒡の煮物 みかん缶	米飯 鶏肉のカシ醤油焼 白菜の煮浸し 味噌汁 (ほうれん草・玉ねぎ)	米飯 白身魚の磯部焼 蓮根の煮物 パイン缶	米飯 魚のレモンバタームニエル 茄子の煮物 メロンズ	米飯 豚肉と春雨の炒め物 切干大根のソテー 味噌汁 (さつまいも・えのき)	米飯 魚のとろろ蒸し 青菜と鶏肉の煮物 味噌汁 (玉ねぎ・椎茸)
3時	チョコワッフル 1個	粒小豆最中 1個	プッシュー 3個	チョコパイ 1個	苺のムースケーキ 1/10切	やわらかおかき (海苔塩) 1袋	クリスマス馒头 1個