

12月



献立表



	月	火	水	木	金	土	日
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	米飯 Ga法連草オムツ 味噌汁 (大根・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 がんもとインゲンの煮物 味噌汁 (白菜・わかめ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 金平牛蒡 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 高野五目煮 味噌汁 (さつまいも・ねぎ) 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 鶏肉の柔らか煮 味噌汁 (南瓜・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 五目豆 味噌汁 (白菜・かいわれ) 乳酸菌飲料 佃煮	米飯 キャベツとウインナーの炒め物 味噌汁 (豆腐・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ
昼食	米飯 ピーマンの肉詰めフライ 法蓮草とベーコンのソテー コソムスープ	米飯 魚のフリマヨ焼 ピーマンのジャコ煮 手作りマンゴープリン	米飯 親子煮 大根の含め煮 清汁	米飯 肉じゃがコロッケ 花しんじょうの煮物 豚汁	米飯 ハマチ大根 小松菜と海老の炒め物 みかん	米飯 ふりかけ御飯 ほうとう風うどん かのフワ豆腐 柚子ゼリー	米飯 チーズハンバーグ じゃが芋のたらこ炒め 具沢山生姜スープ
夕食	米飯 鱒のチーズパン粉焼 大豆のトマト煮 モロムス	米飯 豚肉と春雨の炒め物 切干大根のツ煮 味噌汁 (さつまいも・えのき)	米飯 鱈の柚子胡椒焼 じゃが芋の煮物 モロムス	米飯 白身魚の磯部焼 茄子の煮物 パイン缶	米飯 鶏肉の醤油麹焼 白菜の煮浸し 味噌汁 (ほうれん草・玉ねぎ)	米飯 魚の木の芽焼き 蓮根の煮物 味噌汁 (キャベツ・なめこ)	米飯 魚のとろろ蒸し 青菜と鶏肉の煮物 手作り抹茶パウンド
3時	お好み(和風)	パナケーキ 1個	雪の宿 1袋	ミにあんまん 1個	ドーナツ 1個	パームケーキ 1個	プチシュー 3個