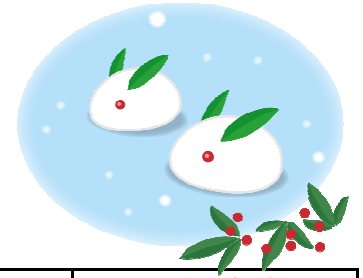


献立表



	12/1(月)	12/2(火)	12/3(水)	12/4(木)	12/5(金)	12/6(土)	12/7(日)
朝	米飯 味噌汁(さつま芋・油揚げ) ひじき煮 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(ほうれん草・なめこ) 金平ごぼう 牛乳 味付け海苔	米飯 味噌汁(白菜・エノキ) 肉じゃが 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(キャベツ・ブナピー) 切干大根の煮付け 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(小松菜・シメジ) 里芋の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(もやし・椎茸) 鶏肉のすき煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(じゃが芋・葉大根) がんもの含め煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 コーンスープ 白身魚のオーロラソースかけ がんもの煮物 パイン缶	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) ヒレカツ&海老フライ 大根の煮物 手作りコーヒゼリー	米飯 味噌汁(玉麩・ねぎ) ホッケの塩焼き 冬瓜のカニ餡かけ みかん	米飯 具沢山汁 鶏肉の照焼き 蓮根と蒟蒻の炒め物 インゲンとツナの胡麻ドレ和え	米飯 かき玉スープ 肉団子の酢豚風 青梗菜の中華炒め リンゴ缶	米飯 味噌汁(さつま芋・ワカメ) 大分風鶏天 角麩の煮物 手作りオレンジゼリー	米飯 味噌汁(白菜・エノキ) 手作り里芋コロッケ 切干大根の煮物 バナナムース
夕	米飯 中華スープ 青椒肉絲 玉子ロール 青梗菜の中華和え	米飯 味噌汁(蕪・葉大根) 厚揚げの卵とじ 小松菜の炒め物 海藻サラダ	米飯 味噌汁(南瓜・椎茸) 鶏肉のウニソース焼き 厚揚げと舞茸の生姜炒め キャベツのおかかポン酢和え	米飯 味噌汁(もやし・ほうれん草) 和風玉子巾着 ねぎ焼き ピーチムース	米飯 清汁(花麩・三つ葉) 鯖の味噌煮 なすのオイスターソース炒め ブロッコリーの辛子マヨ和え	米飯 味噌汁(切麩・ねぎ) 鰯の蒲焼き風 南瓜のいとし煮 白菜のなめ茸和え	米飯 味噌汁(豆腐・ねぎ) 鱈のみりん焼き 長芋の磯辺炒め じゃこおろし
おやつ	カスタードワッフル	まがりせんべい	どらやき	ムーンライトクッキー	スイスロール	カントリーマアム	蒸し饅頭



12月7日は「大雪」です。雪が強く降るころという意味の言葉で、この頃になると寒気が日本列島の上空を覆い、日本海側の山沿いを中心に雪が降る日が増えていきます。冬の深まりを表す言葉です。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります