12月 週間献立表 ≪常食≫

	29	30	1	2	3	4	5
朝食	≪共通料理≫ ｶﾘﾌﾗﾜｰ和風ｻﾗﾀﾞ 牛乳 ～和食～ 鮭雑炊 フルーツ缶 ～洋食～ 食パン コーンスープ	≪共通料理≫ 根菜と大豆のﾄﾏﾄ煮 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン コンソメスープ	≪共通料理≫ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 白菜スープ	≪共通料理≫ ｷｬﾍﾞﾂとﾁｷﾝのｻﾗﾀﾞ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン ﾎｳﾚﾝ草スープ	≪共通料理≫ ツナポテト 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン キャベツスープ	≪共通料理≫ 卯の花 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン オニオンスープ	≪共通料理≫ 人参とﾂﾅのｻﾗﾀﾞ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン コンソメスープ
昼食	 ご飯 味噌汁 鶏肉ｵｲｽﾀｰ醤油焼き 南瓜の煮物 レモンゼリー	お寿司の日 田舎散らし寿司 お吸い物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ辛子ﾏﾖ和え ｷｬﾗﾒﾙﾌﾟﾘﾝ 	マーボー丼 中華スープ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ バナナムース	雑穀ご飯 味噌汁 豚肉の梅風味炒め 南瓜の胡麻和え みかん	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 大根かにくず煮 人参の白和え	ご飯  味噌汁 天ぷら盛り合わせ おろし天つゆ 春雨酢の物	ご飯 味噌汁 赤魚の幽庵焼き 南瓜の煮物 ｷｬﾗﾒﾙﾌﾟﾘﾝ
夕食	ご飯 味噌汁 アジの煮つけ 春雨サラダ たくあん	ご飯 味噌汁 ホキのかば焼き 茄子の煮浸し 三色煮豆	ご飯 味噌汁 海老団子の卵とじ じゃがいも金平 ｷｬﾍﾞﾂｻﾗﾀﾞ	ご飯 お吸い物 豆腐ｽﾃｰｷ　味噌あん ｶﾘﾌﾗﾜｰおかか和え 海藻サラダ	 ご飯 味噌汁 ﾀﾗの卸ﾎﾟﾝ酢かけ ほうれん草炒め 洋梨缶	ご飯 味噌汁 ガーリックチキン かぶの煮物 パイン缶	ご飯 具汁 豚肉のｵﾆｵﾝｿｰｽ 冬瓜のｶﾆくず煮 たまご豆腐
栄養価	1609 kcal/塩分 7.5 g	1597 kcal/塩分 7.7 g	1629 kcal/塩分 7.3 g	1573 kcal/塩分 7.5 g	1607 kcal/塩分 7.7 g	1673 kcal/塩分 7.8 g	1591 kcal/塩分 7.2 g

食材の入荷状況によりやむを得ず献立変更となる場合があります。