

〇〇献立一覧表〇〇

平成30年12月[常食]

					1(土)	2(日)
朝食					ホットケーキ ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム ストロベリーソース びわ缶詰 白桃缶詰 プロセスチーズ プロセスチーズ 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	食パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜のポトフ風 キャベツ にんじん たまねぎ ロースハム コンソメ 食塩 こしょう フルーツジュース フルーツジュース
	昼食				米飯 米 豚肉のインド風焼肉 豚ももスライス たまねぎ にんじん ビーマン トマトケチャップ カレー粉 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダな 添え物(アスパラ・さつま芋) アスパラガス 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも 食塩 食塩不使用バター 水菜サラダ みずな ベーコン にんじん 食塩 こしょう ゴマドレッシング みそ汁(小松菜・あげ) こまつな きざみ揚げ みそ だしの素	しば漬けご飯 米 しば漬け 小田巻むし 鶏卵 うすくちしょうゆ 食塩 だしの素 ぶり ムキエビ ゆりね しいたけ にんじん うどん みつば 辛子土佐和え(胡瓜) きゅうり にんじん りょくとうもやし 糸かつお うすくちしょうゆ からし みりん みそ汁(しろな) しろな ふ みそ だしの素
		夕食				米飯 米 白身魚の白菜クリームソースかけ 赤魚 食塩 こしょう はくさい ミックスベジタブル ホワイトソース 牛乳 食塩 こしょう 添え物(ブロッコリー) ブロッコリー 食塩 手作りスバゲティサラダ スバゲティ にんじん きゅうり ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ 中華スープ(オクラ・卵) オクラ 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 パセリ

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成30年 12月【常食】

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
朝食	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン しろなとワインナーのソテー しろな ポークワインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード きのこ餅のソテー きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ	食パン(バター) 食パン バターブレンド アスパラのシーチキン炒め アスパラガス ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	菓子パン(おいもちやん) おいもちやん フルーツ(りんご・オレンジ) りんご オレンジ 牛乳	米飯 米 里芋の煮付け さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	食パン(バター) 食パン バターブレンド ハムエッグ 鶏卵 食塩 ローズハム サラダ油 マヨネーズ りんごジュース	菓子パン(ワインナーデニッシュ) あらびきワインナーデニッシュ チーズ・菓のガーリックソテー チンゲンサイ にんじん ベーコン にんにくおろし こいくちしょうゆ サラダ油
	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	牛乳	みそ汁(しろな) しろな ふ みそ だしの素 梅びしお	りんごジュース りんごジュース	牛乳 牛乳
昼食	ガバオライス 米 鶏ひき肉 たまねぎ 赤ピーマン パプリカ にんにくおろし ナンプラー オイスターソース こいくちしょうゆ トウバンジャン 上白糖 ごま油 鶏卵	米飯 米 魚の西京チーズ焼き 糖 白みそ みそ 上白糖 エダマシバウダーチーズ 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう オリーブ油	おにぎり(粟飯) 米 粟飯の素 柚子おろしうどん うどん 大根おろし かまぼこ ほうれんそう きざみ揚げ だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みつば 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん ゆず だしの素	米飯 米 豚の金山寺みそ巻き天ぷら 豚ももスライス にんじん アスパラガス 金山寺みそ 上白糖 小麦粉 鶏卵 白絞油 サラダ油	米飯 米 鮭のトマトクリーム煮 鮭 ほうれんそう たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう ブロッコリー 食塩	米飯 米 すき焼き風 牛かたローススライス 焼き豆腐 はくさい にんじん ささがきごぼう 糸こんにゃく 春菊 ふ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素	米飯 米 豚と厚揚げの煮付け 豚ももスライス 酒 おろししょうが 納厚揚げ 大根 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん きぬさや
	もやしサラダ りょうとうもやし きゅうり にんじん ノンオイル和風ドレッシング	星芋のそぼろ煮 さといも 鶏ひき肉 サラダ油 にんじん 白ねぎ だしの素 みかん	だし巻き卵 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん グリーンピース	天つゆ めんつゆ 大根おろし	コールスローサラダ キャベツ 白ごま うすくちしょうゆ みりん トマト	フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ	酢の物(パンサンズ) 緑豆はるさめ きゅうり にんじん ローズハム 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ
	フルーツ(みかん)	中華スープ(ほうれんそう) ほうれんそう にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	すまし汁(春菊・ハンペン) 春菊 はんぺん みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	酢の物(ワカメ) きゅうり わかめ しらす 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	コンソメスープ(白菜) はくさい にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	すまし汁(なす・ふ) なす 巻きふ ねぎ みそ だしの素	
	豆乳	豆腐のエビあんかけ 絹ごし豆腐 むきえび 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉	すまし汁(しめじ) しめじ にんじん かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	豆乳	コロンメスープ(白菜) はくさい にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	みそ汁(なす・ふ) なす 巻きふ ねぎ みそ だしの素	
	米飯 米	米飯 米 豚のピカタ 豚ロース 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 小麥粉 鶏卵 サニーレタス	米飯 米 鶏の明太ポテト焼き 鶏もも肉 食塩 じゃがいも からしめんたいこ 食塩 こしょう マヨネーズ あおのり	米飯 米 白身魚のバーベキューソース焼き ホキ 食塩 こしょう トマトケチャップ トンカツソース カレー粉	親子丼 鶏卵 鶏もも肉 たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みつば きざみのり	ごはん小(ふりかけ) 米 ふりかけ	米飯 米 フーヨーハイ(中華) 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ずわいがり かに風味かまぼこ
魚介と厚揚げのみそ炒め 納厚揚げ むきえび イカ しめじ 菜の花 みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サニーレタス	添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 穀物酢 上白糖 にんじん 食塩不使用バター	添え物(いんげんごま和え) いんげん 白ごま こいくちしょうゆ みりん カリフラワー	添え物(チンゲン菜) チンゲンサイ こいくちしょうゆ みりん	わさび和え(小松菜) こまつな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん	天ぷらうどん うどん エビ コンソメ うすくちしょうゆ ずわいがり かに風味かまぼこ たまねぎ 白絞油 かまぼこ ほうれんそう みつば 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素	まきご和え はくさい からしめんたいこ うすくちしょうゆ みりん きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	
ふきとあげの煮物 ふき にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	スタップエンドウのソテー スナップエンドウ しらす にんにくおろし 食塩 こしょう うすくちしょうゆ オリーブ油	五目煮(白菜・カニカマ) はくさい つきこんにゃく にんじん かに風味かまぼこ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	五目春雨(ミンチ) 緑豆はるさめ 合挽ミンチ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油	オレンジゼリー オレンジゼリー	土佐和え(アスパラ) アスパラガス かに風味かまぼこ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	
すまし汁(小松菜・人参) こまつな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	セロリのスープ セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	みそ汁(南瓜) かぼちゃ きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	もやしスープ りょうとうもやし ねぎ だし コンソメ うすくちしょうゆ	みそ汁(強いも) ながいも むき枝豆 みそ だしの素	豆乳のイガあんかけ 絹ごし豆腐 イガ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かいわれだいこん かたくり粉		

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

平成30年 12月 [常食]

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)	
朝食	食パン(バター) 食パン バター ほうれん草とハムのバターソテー ほうれん草 にんじん ロースハム こいくちしょうゆ バターブレンド	ホットケーキ(チョコソース) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム チョコソース オレンジ 洋なし缶詰	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ フルーツ(キウイ・黄桃缶) キウイフルーツ 黄桃缶詰	米飯 米 だし巻きたまご こまつな こいくちしょうゆ みりん みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素 のり佃煮 のり佃煮	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム スクランブルエッグ(ミックス入) 鶏卵 ベーコン ミックスベジタブル 牛乳 コンソメ トマトケチャップ サニーレタス	菓子パン(コーンデニッシュ) コーンデニッシュ フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド キャベツとウインナーのソテー キャベツ ポークウインナー たまねぎ 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ	
	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	ヨーグルト ヨーグルト 紅茶(ストリート) 紅茶 グラニュー糖	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	
昼食	米飯 米 魚のカレーマリネ風 鰯 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ カレー粉 たまねぎ きゅうり にんじん ごま油 サラダ油	ちゃんぽんめん 中華麺 豚ももスライス キャベツ かまぼこ にんじん むきえび りよくとろもやし きぬさや 白湯ラーメンスープ	米飯 米 牛肉と揚げナスのおろし和え 牛かたローススライス 揚げナス 大根おろし にんじん 味噌 サラダ油	米飯 米 魚の梅煮 鰯 梅干し 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 酒 みりん ながいも ふき 生か 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 ポパイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれん草 鶏卵 牛乳 小麦粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トンカツソース	小粒とごぼうの混ぜご飯 米 小粒 ささがきごぼう にんじん こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 かいわれだいこん 紅しょうが	米飯 米 魚のマスタードパン粉焼き 鰯 食塩 こしょう マヨネーズ 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ パセリ	米飯 米 魚のマスタードパン粉焼き 鰯 食塩 こしょう オリーブ油
	添え物(マッシュポテト) じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 こしょう パセリ	餃子 餃子 しんな 味噌 ブロックリーの洋風ごま和え ブロックリー にんじん ささ身 食塩 こしょう ゴマドレッシング	添え物(ホワイトアスパラ・人参) ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう にんじん オリーブ油 食塩 カレー粉	いり豆腐(豚肉) 木綿豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 サラダ油	添え物(キャベツ・トマト) キャベツ みりん ノンオイル和風ドレッシング トマト	魚の塩焼き 鮭 食塩	添え物(アスパラ・赤ピーマン) アスパラガス 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油	なすのソテー なす 豚ももスライス おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリーンピース サラダ油
みそ炒め(タンゲン菜) チンゲンサイ むきえび にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	コンポート りんご 上白糖 ペパーミント	白菜とシーチキンの煮物 はくさい にんじん ツナ缶詰 きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	みそ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	ワガメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	肉じゃが じゃがいも 牛かたローススライス にんじん 糸こんにゃく グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん	みそ汁(さつまいも) さつまいも きぬさや みそ だしの素	みそ汁(さつまいも) さつまいも きぬさや みそ だしの素	
すまし汁(ごぼう) ささがきごぼう きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素		すまし汁(そうめん・生ふ) そうめん きざみ揚げ 生か 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素				赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ わかめ みつば 赤みそ だしの素		
夕食	米飯 米 鶏の磯辺揚げ 鶏もも肉 酒 食塩 小麦粉 鶏卵 あおのり 白絞油 サニーレタス	米飯 米 魚のみそ栗焼き 鰯 みそ 上白糖 のぎわな漬け 酒 みりん	米飯 米 ほうれん草とハムのキッシュ 鶏卵 鶏ひき肉 たまねぎ ほうれん草 ロースハム 牛乳 エダムパウダーチーズ 食塩 こしょう トマトケチャップ	米飯 米 蒸し鳥のチリ甘酢あんかけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン にら 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ チリソース かたくり粉 サラダ油	米飯 米 白身魚のピリ辛香り焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ トウバンジャン 白ねぎ しらな かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ	米飯 米 豚肉の辛子炒め 豚ももスライス いんげん にんじん りよくとろもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし サラダ油	おにぎり(塩昆布) 米 塩昆布	
	天つゆ めんつゆ 大根おろし	添え物(いんげんかか和え) いんげん 糸 こいくちしょうゆ みりん	添え物(オクラ・かぼちゃ) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう 西洋かぼちゃ 食塩	添え物(ガリフラワー・ハム) ガリフラワー ロースハム ユールスロードレッシング	添え物(しらな) しらな かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ	添え物(ふき・グラッセ) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター	肉うどん うどん 牛かたローススライス たまねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ かまぼこ ほうれん草 ねぎ だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん	豆腐の甘みそかけ 絹ごし豆腐 ブロックリー みそ 上白糖 みりん
添え物(キャベツ・トマト) キャベツ フレチドレッシング トマト	厚揚げの明太子焼き 厚揚げ からしめんたいこ マヨネーズ しそ サラダ油	すまし汁(しろな・人参) しろな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(エリンギ) エリンギ 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにゃく いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん	大根とイカの煮物 大根 イカ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素	豆腐の甘みそかけ 絹ごし豆腐 ブロックリー みそ 上白糖 みりん	ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	
小松菜のなめ茸和え こまつな にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ		もやしのカレー風味ソテー りよくとろもやし にら にんじん イカ 食塩 こしょう カレー粉 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油		みそ汁(じゃがいも・ふ) じゃがいも 手まりふ みそ だしの素		はるさめスープ 緑豆はるさめ にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ		

※都合により献立を変更することがあります

献立一覧表

平成30年 12月 [寒 食]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝 食	寒パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム カリフラワーのコンソメ煮 カリフラワー アスパラガス にんじん コンソメ こしよ うすくちしょうゆ フルーツジュース フルーツジュース	寒パン(ツキマツベリーソース) ジャーマンベーコンポテトパン フルーツ(りんご・キウイ) りんご キウイフルーツ 牛乳 牛乳	米 ほうれん草とほんべんの煮ひたし ほうれんそう ほんべん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だし みぞ汁(厚辛・ふ) さといも 巻きふ みそ だしの素 ふりかけ(のりたま) ふりかけ	寒パン(バター) 食パン バターブレンド じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ ロースハム グリンピース サラダ油 オリーブ油 牛乳 牛乳 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	寒パン(ビーフコロッケパン) ビーフコロッケパン いんげんのソテー いんげんじゃがいも 竹輪 たまねぎ ロースハム 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 牛乳 牛乳 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	寒パン(バター) 食パン バターブレンド きのこでワインナーのソテー きのこミックス ポークウィンナー 食塩 こしよ バターブレンド こいくちしょうゆ サラダ油 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳 牛乳 牛乳	寒パン(バター) 食パン バターブレンド 小松菜とかまぼこのソテー こまつな かまぼこ にんじん 食塩 こしよ こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳
	米 ツナチーズオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん ツナ缶詰 シュレットチーズ サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 寒え物(もやしソテー) りよくともやし 青ピーマン 食塩 こしよ オリーブ油 ミントマト ほうれん草の中華炒め ほうれんそう ロースハム 緑豆はるさめ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 中華スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ 小柱 ショウタン うすくちしょうゆ	米 白身魚のチーズピカタ たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 小麦粉 エダムパウダーチーズ 寒え物(カリフラワーかかあえ) カリフラワー 糸かつお うすくちしょうゆ みりん じゃがいもの壺平 じゃがいも にんじん ミントマト ほうれん草の中華炒め ほうれんそう ロースハム 緑豆はるさめ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 中華スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ 小柱 ショウタン うすくちしょうゆ	米 クリスマス会☆大人様ランチ 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ おろししょうが 鶏卵 カレー粉 ねぎ かたくり粉 カリフラワー 白絞油 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 デミグラスソース トマトケチャップ トンカツソース 茶巾シート卵 スナガティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用バター こいくちしょうゆ きざみりん 手作りポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん ロースハム 食塩 こしよ マヨネーズ 野菜スープ(キャベツ) キャベツ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ ハセリ	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 のっぺいうどん うどん いか かに風味かまぼこ ほうれんそう にんじん たまねぎ 鶏糸卵 ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ いとこ煮 かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 ハム ロースハム かいわれだいこん マヨネーズ 昨の物(ハム) かぼちゃ きゅうり にんじん ロースハム 殺肉酢 上白糖 うすくちしょうゆ フルーツ(みかん) みかん みぞ汁(ほうれん草・えのき) ほうれんそう えのき みそ だしの素	米 豚の親子みそ焼き 豚ロース肉 大根 みそ 上白糖 酒 みりん 寒え物(アスパラ・粉ふき) ズッキーニ にんにくおろし 食塩 コンソメ 糸かつお オリーブ油 じゃがいも クリンクルカットポテト 食塩 こしよ 中華風酢の物 チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ りよくともやし 殺肉酢 上白糖 うすくちしょうゆ 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン かきたま汁 鶏卵 ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	米 牛肉と大根の中華炒め 牛かたローススライス 大根 みそ にんじん ブロッコリー ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ サラダ油 寒え物(アスパラ・焼きポテト) アスパラガス 糸かつお こいくちしょうゆ みりん クリンクルカットポテト 食塩 こしよ 焼きナスのカニカマあんかけ 焼きナス かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 コンソメスープ(白菜・ベーコン) ほうれん草 ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしよ ハセリ	
夕 食	米 なすのはさみやき(和風) なす 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 しそ ポン酢・大根おろし 味噌 大根おろし 寒え物(いんげん・南瓜) いんげん 食塩 こしよ オリーブ油 かぼちゃ 食塩 エダムパウダーチーズ 竹輪ときのこのソテー 竹輪 しめじ しいたけ いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米 豚のスタミナ焼き 豚ももスライス りよくともやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 寒え物(キャベツ・トマト) キャベツ サウザンアイランドドレッシング トマト 手作りマカロニサラダ マカロニ にんじん きゅうり ロースハム 食塩 こしよ マヨネーズ すまし汁(しちな・生ふ) しちな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米 白身魚のみそ煮 カレイ みそ 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 揚げナス アスパラガス 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 小松菜のごまあえ こまつな しめじ かまぼこ マヨネーズ こいくちしょうゆ すまし汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米 豚のデミソース焼き 豚ロース肉 デミグラスソース トマトケチャップ 上白糖 コンソメ トンカツソース シュレットチーズ 寒え物(アスパラ・さつま芋) 食塩 こしよ 上白糖 黄ピーマン みりん 食塩 こしよ オリーブ油 さつまいも カレー粉 中華風ソテー チンゲンサイ にんじん むきえび みりん トマト わさび和え(もやし) りよくともやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ 豆腐スープ 絹ごし豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	米 ひじきバーグ 鶏ひき肉 たまねぎ ひじき パン粉 コンソメ 鶏卵 牛乳 食塩 こしよ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 寒え物(大根) 大根 にんじん 白ごま さつまいも うすくちしょうゆ みりん トマト わさび和え(もやし) りよくともやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ すまし汁(しめじ・とろろごぶ) しめじ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米 白身魚の二色焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ ねぎ あおのり 粒マスタード 寒え物(ほうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん 白ごま こいくちしょうゆ みりん そぼろあんかけ(南瓜) かぼちゃ うすくちしょうゆ だしの素 鶏ひき肉 グリンピース 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 みぞ汁(ごぼう・ベーコン) ささがきごぼう ベーコン みそ だしの素	米 おにぎり(ふりかけ) 米 ふりかけ お好み焼き 豚ばらスライス むきえび キャベツ ねぎ 長芋トコロ 混ぜ小麦粉古 小麦粉 牛乳 天かす 削り粉 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり ねぎ パナナヨーグルト ヨーグルト パナナ 上白糖 ミントの葉 みぞ汁(チンゲン菜・豆腐) チンゲンサイ お花のとうふ みそ だしの素

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

平成30年 12月 [常 食]

	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)			
朝 食	ホットケーキ(メープル) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム メープルシロップ オレンジ キウイフルーツ フロセステーズ フロセステーズ 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜とハムコーンのソテー チンゲンサイ ローズハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 フルーツジュース フルーツジュース	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード かぶのスープ煮 かぶ にんじん ベーコン コンソメ 食塩 こしょう パセリ 牛乳	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール マカロニのクリーム煮 マカロニ ブロッコリー にんじん 食塩 こしょう サラダ油 ホワイトシチューの素 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこのベークンソテー きのこミックス ベーコン 食塩 こしょう サラダブレンド こいくちしょうゆ りんごジュース りんごジュース	菓子パン(エッグ) エッグパン フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳 牛乳		☆お休み☆		
	昼 食	米飯 米 鮭の柚子バター焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ ゆず 食塩不使用バター 添え物(しるなごまあえ) しるな にんじん 白ごま こいくちしょうゆ みりん ミートソーススパゲティ スパゲティ 食塩不使用バター ミートソース エダムパウダーチーズ みそ汁(豆腐・あげ) 絹ごし豆腐 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	☆クリスマス☆ポパイチキンカレー 米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう おろししょうが サラダ油 カレー粉 りんご 茶巾卵シート にんじん エビのサラダ むきえび りよくともやし きゅうり トマト ノンオイル青じそドレッシング フルーツとわたようかん フルーツ わたようかん いちご みかん缶詰 ホイップクリーム	米飯 米 おでん 焼き豆腐 竹輪 大根 さつま揚げ ミニごぼう天 こんにゃく 鶏もも肉 うずら卵 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 柚子香和え(白粟) はくさい 赤ピーマン みつば ゆず うすくちしょうゆ みりん みそ汁(ほうれん草) ほうれんそう きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 ロールポーク 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん コンソメ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 添え物(もやし・赤ピーマン) りよくともやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ チンゲン菜と卵のソテー チンゲンサイ にんじん たまねぎ 鶏卵 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター はるさめスープ(ミックス・さきみ) 緑豆はるさめ ミックスベジタブル さきみ コンソメ うすくちしょうゆ	おにぎり(しほ漬け) 米 しほ漬け 一足お先の年越しそば 和そば 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 かまぼこ ほうれんそう ねぎ 食塩 車糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 旨煮 豚ももスライス 大根 にんじん レンコン こんにゃく しいたけ きぬさや 車糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 エビシウマイ エビシウマイ サラダ油		☆お休み☆	☆お休み☆	
		夕 食	☆クリスマスイヴ☆野沢菜チャーハン 米 のざわな漬け ローズハム 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 鶏のピザ風焼き 鶏もも肉 食塩 こしょう ピザソース スライスチーズ ピーマン サニーレタス りんご寒天 りんごジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム ワインソース じゃがいも たまねぎ 牛乳 コンソメ 食塩 パセリ	米飯 米 白身魚のけんちん焼き ホキ 食塩 木綿豆腐 合挽ミンチ にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 添え物(南瓜ごまあえ) きゅうり にんじん 白ごま うすくちしょうゆ みりん ふろふき大根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ 上白糖 みりん すまし汁(ちやそぼ) 茶そば きざみ揚げ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 牛肉の有馬やき 牛かたローズスライス 酒 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん さんしょう サラダ油 添え物(ホワイトアスパラ) ホワイトアスパラ 食塩 こしょう オリーブ油 ブロッコリー ゴマドレッシング 長芋の朝太和え ながいも からしめんたいこ うすくちしょうゆ みりん きざみのり セロリとオクラのスープ セロリ オクラ にんじん シャンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 ほっかけコロッケ じゃがいも 牛すじほっかけ たまねぎ 小麦粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト わさび和え(小松菜) こまつな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・厚揚げ) アスパラガス みそ だしの素	米飯 米 鶏のチリマヨ菜焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ のざわな漬け にんじん マヨネーズ チリソース 添え物(なす・芋) なす にんにくおろし 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう カレー粉 野菜の豚どじ(香菊) 鶏卵 春菊 たまねぎ にんじん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん すまし汁(えのき) えのき とろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素		☆お休み☆	☆お休み☆

※都合により献立を変更することがあります