

# 杉の郷 12月献立表

		12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)
朝		オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
		ご飯 ツナ玉の甘酢ケチャップソース じやが芋のわさびサラダ スタミナみそ汁	他人丼 柿のサラダ 豆腐きのこスープ	ご飯 かじきのヨーグルトみそ漬け 枝豆とキャベツサラダ コロコロ野菜のスープ	ご飯 チリコンカン マカロニサラダ ジュリエンヌスープ	ご飯 豚肉のごまピカタ インゲンのねりごま和え 白菜のすまし汁	お弁当 (ゆで豚のごまだれ) ミニきのこかけそば
		ご飯 タラの煮付け 梅おかかサラダ 五目どうふ	ご飯 そら おかげ (鯖の照り焼き) みそ汁(かほちや、ネギ)	ご飯 そら おかげ (肉団子の甘酢あん) 和風カレー汁	ご飯 そら おかげ (カニクリームコロッケ) 塩ちゃんこ汁	ご飯 そら おかげ (鶏みそ焼き) けんちん汁	高野豆腐のそぼろ丼 白菜の甘酢 玉子入りギョーザスープ
	12月7日(日)	12月8日(月)	12月9日(火)	12月10日(水)	12月11日(木)	12月12日(金)	12月13日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
昼	里芋ごはん あじのホイル焼きごまソース 即席漬け みそ汁(小松菜、えのき)	ご飯 きのこのかき揚げ りんごサラダ 豚肉と野菜のコーンクリームシチュー	ご飯 ミートオムレツ 春雨とキャベツのさっぱりあえ 大根ボトフ	肉みそひじきそぼろ丼 インディアンサラダ 冬野菜スープ	【防災メニュー】白飯 【防災メニュー】カレー クレープ	ゆかりおにぎり おでん 白菜のわさびマヨ 肉シユーマイ	ご飯 お弁当 (かほちやコロッケ) ミニカレーうどん
夕	中華丼 チョレギサラダ ビーフンスープ	ご飯 ほうれん草と卵のグラタン プロッコリーサラダ きやべつのコンソメ煮	ご飯 そら おかげ (ラタトゥイユ) おくらスープ	ご飯 そら おかげ (油淋鶏) 豆苗スープ	ご飯 そら おかげ (白身魚の天ぷら) 肉団子中華スープ	ご飯 そら おかげ (えびチリと海鮮焼壳) 冬やさいみそ汁	ご飯 ブリ大根 チーズとかぶ、キャベツのサラダ 鶏レバーとエリンギのソテー
	12月14日(日)	12月15日(月)	12月16日(火)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月19日(金)	12月20日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	バターロールパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
昼	ご飯 ピザ風豆腐 野菜のツナタルソース うずら卵とえびのスープ	ご飯 スペイン風オムレツ ハムサラダ 冬野菜の濃厚チキンスープ	キムタクごはん ひき肉とトマト、春雨の甘辛炒め れんこんのしやきしやき酢 ワカメスープ	ハヤシライス マセドアンサラダ オレンジゼリー	バターロールパン 冬野菜の豆乳スパゲティ カリフラワーとコーンのサラダ 型抜きチーズ	ご飯 好み焼き風卵焼き まいたけと春菊の白あえ わかめ汁	ご飯 お弁当 (エビフリッターオーロラソース) ミニ醤油ラーメン
夕	ご飯 いも煮 ひじきサラダ 小松菜とカニかまのソテー	ご飯 しいらのカレー焼き パンバンジーサラダ きのこしぐれ煮	ご飯 そら おかげ (鮭マヨネーズ焼き) みそ汁(ジャガイモ、ワカメ)	ご飯 そら おかげ (蒸し鶏) 大根のかきたまスープ	ご飯 そら おかげ (鶏の塩焼き) 豚汁	ご飯 そら おかげ (チキンステーキ) みそ汁(ホウレン草、えのき)	ご飯 豆腐ステーキのこバターしょうゆ ひじきとチーズのマリネ W大根おろし煮
	12月21日(日)	12月22日(月)	12月23日(火)	12月24日(水)	12月25日(木)	12月26日(金)	12月27日(土)
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト	厚ぎりフレンチ 牛乳 ヨーグルト	ヴォルベパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト
昼	きのこと鶏肉の炊込みごはん 魚の青のりピカタ 豆サラダ 白菜のすまし汁	冬至うどん 白菜のゆず和え きのこと豚ひき肉の味噌炒め	肉まん 鶏肉の大根おろし煮 ゴマネーズ和え じやがべえ汁	冬野菜カレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト	クリスマスオードブル エビピラフ オニオンコンソメスープ	ご飯 豆腐チゲ ピーナツサラダ ソーセージ炒め	ご飯 お弁当 ミニにゅうめん
夕	ご飯 さばの酒かす味噌煮 玉ねぎとカニの胡麻タレサラダ かぼちゃのチーズ焼き	ご飯 柳川風煮 マカロニあべかわ さつまいものレモン煮	ご飯 そら おかげ (豚のしょうが焼き) ゴマみそスープ	ご飯 そら おかげ (ローストチキン) みそ汁(玉葱、なめこ)	ご飯 そら おかげ (ローストポーク) コーンスープ	ご飯 そら おかげ (コロッケ) ごまみそ汁	ご飯 酢ぶり カリフラワーの卵サラダ カブとがんも煮
	12月28日(日)	12月29日(月)	12月30日(火)	12月31日(水)			
朝	バターロールパン 野菜ジュース ヨーグルト	オリエンタルベーカリーパン 牛乳 ヨーグルト	コモパン 野菜ジュース ヨーグルト	ヴォルベパン コーヒー牛乳 ヨーグルト			
昼	ご飯 大豆入りマー婆ー大根 シーチキンとサラダバサラダ うすくず汁	ご飯 豚肉のから揚げ ばんさんすう みそ汁(玉葱、なめこ)	ご飯 えびチジミ 大根と納豆サラダ ごぼうのスープ	ご飯 あじの南蛮漬け カリフラワーの卵サラダ さつま汁			
夕	ご飯 かじきのみそマヨ風焼き 胡瓜とハムの酢の物 さつまいも甘煮	焼きビーフン コーンサラダ 厚揚げの卵とじ	ご飯 家常豆腐 みかん入り酢の物 カニシユーマイ	ご飯 大根、人参豚肉のごま煮 きのこナムル ミニ年越しそば			

