

12月1日(金)



【献立表】

ひじきごはん
鮭のちゃんちゃん焼き
白玉汁
りんご
牛乳

12月4日(月)



【献立表】

ごはん
とうふハンバーグ和風きのこソース
おなかあえ
みぞれ汁
ウエハース
牛乳

12月5日(火)



【献立表】

ごはん
ガパオライスの具
ブロッコリーのアーモンドあえ
フォーのスープ
みかん
牛乳

12月6日(水)



【献立表】

うどん
大豆とひじきのかき揚げ
フルーツのヨーグルトあえ
五目うどんじる
牛乳

12月7日(木)



【献立表】

ごはん
とり肉のねぎソースかけ
マカロニサラダ
とうふとわかめのみそ汁
牛乳

12月8日(金)



【献立表】

発芽米ごはん
こんにゃくサラダ
ポークカレー
オレンジ
牛乳

12月11日(月)



【献立表】

ごはん
 たらのチリソースかけ
 きゅうりともやしのみナムル
 中華風コーンスープ
 カルシウムヨーグルト
 牛乳

12月12日(火)



【献立表】

ごはん
 五目そぼろ
 キャベツの塩昆布あえ
 にらぶた汁
 パックとうふ(しょうゆ)
 牛乳

12月13日(水)



【献立表】

ごはん
 揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ
 和風サラダ
 肉じゃが
 ミニトマト
 牛乳

12月14日(木)



【献立表】

中華麺
のりマヨサラダ
みそラーメンスープ
おからマフィン
牛乳

12月15日(金)



【献立表】

きりこぶごはん
手作りさつま揚げ
きゅうりの南蛮漬け
すまし汁
一口ヨーグルトゼリー
牛乳

12月18日(月)



【献立表】

菜めし
いかの揚げ煮
ツナとわかめのごまあえ
じゃがいものみそ汁
牛乳

12月19日(火)



【献立表】

- 丸割りパン
- ハンバーグデミグラスソース
- ツナサラダ
- コンソメスープ
- スライスチーズ
- オレンジ
- 牛乳

12月20日(水)



【献立表】

- ごはん
- さばのみそ煮
- ほうれん草とたまごのおひたし
- のっぺい汁
- カル鉄ヨーグルト
- 牛乳

12月21日(木)



【献立表】

- サフランライス
- とり肉のトマトソース焼き
- ABCスープ
- クリスマスケーキ
- ショア