

12 月 1 日（月）



【 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 2 日（火）



【 献 立 表 】

ごはん
とうふハンバーグ和風きのこソース
おかかあえ
さつまいものみそ汁
カルシウムヨーグルト
牛乳

12 月 3 日（水）



【 献 立 表 】

抹茶揚げパン
ブロッコリーとツナのサラダ
キャロットポタージュ
みかん
牛乳

12 月 4 日（木）



【 献 立 表 】

きりこぶごはん
木の葉天ぷら（天つゆ）
マヨおひたし
すまし汁
ウエハース
牛乳

12 月 5 日（金）



【 献 立 表 】

ごはん
ショーロンポー
ほうれん草のナムル
ジャージャー豆腐
牛乳

12 月 8 日（月）



【 献 立 表 】

チーズカレーパン風トースト
ひじきのサラダ
ポトフ
チョコプリン
牛乳

12 月 9 日（火）



【 献 立 表 】

ごはん
小松菜入りそばろ丼の具
きゅうりの風味漬け
かぶのみぞれ汁
手作りさつまチーズケーキ
牛乳

12 月 10 日（水）



【 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ナムル
みそワントンスープ
コアヨーグルト
牛乳

12 月 11 日（木）



【 献 立 表 】

にんじんピラフ
とり肉のレモンペッパー焼き
寒天サラダ（ドレッシング）
米粉のコーンスープ
牛乳

12 月 12 日 (金)



【 献 立 表 】

ごはん
ぎょうざ丼の具
かきたま汁
手作りさつまごま団子
牛乳

12 月 15 日 (月)



【 献 立 表 】

ごはん
プルコギ
チョレギサラダ
トックとたまごのスープ
牛乳

12 月 16 日 (火)



【 献 立 表 】

菜めし
まんだいのピリ辛揚げ
ツナとわかめのごまあえ
じゃがいものみそ汁
牛乳

12 月 17 日（水）



【 献 立 表 】

中華麺
中華あえ
とんこつラーメンスープ
手作りさつまプリンタルト
牛乳

12 月 18 日（木）



【 献 立 表 】

ごはん
ししゃもの一夜干し
ぶた肉と焼き豆腐の煮物
かぼちゃもち汁
チーズ
牛乳

12 月 19 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
フルーツのヨーグルトあえ
牛乳

12 月 22 日 (月)



【 献 立 表 】

えびピラフ

とり肉のトマトソース焼き

ABCスープ

クリスマスケーキ

ジョア