

平成29年12月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
朝	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん 味の花 みそ汁 もやし 高菜豆腐の佃煮	ごはん 味の花 みそ汁 かぼちゃ しいげんソテー	ごはん しぎこんが みそ汁 大根 オムレツ
昼					ハマシライス サラダ	ごはん みそ汁 豚の生姜焼き サラダ	ごはん みそ汁 鶏の黒こしょう焼 コロック 金平ごぼう
夕					ごはん すまし汁 ポークソテー おろしたれ 里芋サラダ 高菜炒め	ごはん けんちん汁 鶏天 野菜炒め 酢の物	ごはん コンソメスープ ポークピカタ ジャーマンポテト コールスロ-サラダ
	4	5	6	7	8	9	10
朝	ごはん しぎこんが みそ汁 キャバツ 塩サバ	ごはん 漬物 みそ汁 じゃが芋 スクランブルエッグ	ごはん 漬物 みそ汁 小松菜 お天婦羅	ごはん 味の花 みそ汁 豆腐 里芋炒め	ごはん 味の花 みそ汁 揚げ チキンポ-ル	ごはん しぎこんが みそ汁 里芋 おだし炒め	ごはん しぎこんが みそ汁 えのき 温泉たまご
昼	ごはん 中華スープ 回鍋肉 サラダ	ごはん 親子丼 和風スープ サラダ	ごはん わかめごはん 肉うどん サラダ	ごはん 和風スープ サバの竜田揚げ ミニハンバーグ ほうれん草ごま炒め	ごはん マ-ポ-丼 中華スープ サラダ	ごはん みそ汁 鶏の竜田揚げ ブロッコリー マヨごまソース	(ごはん) みそ汁 ソース焼きそば サラダ
夕	カリカレ- サラダ フレ-ソ	ごはん すまし汁 魚のみりん焼き 豚と大根の初め 野菜ののきあげ	ごはん 中華スープ 油淋鶏 シューマイ おくらのおかか炒め	ごはん コンソメスープ チキンソテー クリームソース ミートソース 人参コンマリネ	ごはん かき玉汁 筑前煮 ちくわの天ぷら フレ-ソ	ごはん すまし汁 豚天おろしソース 人参しいり カリフラワーマリネ	ごはん 和風スープ 魚の西京焼き クリームコロック 肉入りきりばら
	11	12	13	14	15	16	17
朝	ごはん 漬物 みそ汁 玉ねぎ ウインナー	ごはん 漬物 みそ汁 ほう 野菜のカレーソテー	ごはん 味の花 みそ汁 白菜 スクランブル(コン)	ごはん 味の花 みそ汁 しめじ 厚揚げ	ごはん しぎこんが みそ汁 かぼちゃ 木耳の佃煮	ごはん しぎこんが みそ汁 大根 ほうれん草ポ-コン	ごはん 漬物 みそ汁 豆腐 キャバツの佃煮
昼	ごはん 中華スープ 豚肉の塩だれ サラダ	ごはん わかめスープ ブルゴ(豚肉炒め) サラダ	ごはん わかめスープ パプリカ焼きそば サラダ	ごはん みそ汁 鶏のごま焼き お豆腐 しいげんおかか炒め	ごはん 豚丼 和風スープ サラダ	ごはん みそ汁 鶏の刺身 七草大根煮	ごはん みそ汁 豚焼肉 サラダ
夕	ごはん みそ汁 かつ煮 サラダ デザート	ごはん 和風スープ 鶏の佃煮 ポテトサラダ おくらと大根の梅まぜ	ごはん すまし汁 手造りさつま揚げ チアプチエ ほうれん草ごま炒め	ごはん コンソメスープ 鶏のミニハンバーグ スパゲティ、ブロッコ リー サラダ	ごはん コンソメスープ チキンカツ かぼちゃ煮 海藻サラダ	ごはん かき玉汁 魚の天ぷら 肉ごぼう ほうれん草おひたし	ごはん 和風スープ チキンソテー ねぎ塩だれ 焼天 たまご
	18	19	20	21	22	23	24
朝	ごはん 漬物 みそ汁 キャバツ 塩魚玉	ごはん 味の花 みそ汁 えのき ねぎ王	ごはん 味の花 みそ汁 白菜 チキンポ-ル	ごはん しぎこんが みそ汁 じゃが芋 煮白目	ごはん しぎこんが みそ汁 小松菜 ウインナーコンソメ	ごはん 漬物 みそ汁 里芋 トウモロコシにゃく	ごはん 漬物 みそ汁 もやし ちくわ煮
昼	ごはん すまし汁 すき焼き燗煮 温泉たまご	ごはん まぜごはん きつねうどん サラダ	ごはん キ-マカレ- サラダ	ごはん みそ汁 塩サバ ミニチキン 金平れんこ	ごはん みそ汁 豚キムチ サラダ	ごはん みそ汁 ミックスフライ ひじき煮	ごはん みそ汁 豚肉とれんこ の炒め物 サラダ
夕	ごはん コンソメスープ 魚のピザ風グリル ブライドチキン パプリカマリネ	ごはん 豚汁 豆腐ハンバーグ 春巻き しいげんソテー	ごはん 春雨スープ チキン南蛮 塩サバ にげのこみそ炒め	高菜飯 だご汁 お豆腐 甘辛肉団子 ブロッコリーナムル	ごはん 和風スープ 鶏の甘酢煮 れんこはだか揚げ おくらごま炒め	ごはん すまし汁 お豆腐 里芋とぼろ煮 きのりの佃煮炒め	ごはん クリームシチュー チキンのグリル ポテト、ブロッコリー デザート
	25	26	27	28	29	30	31
朝	ごはん 味の花 みそ汁 玉ねぎ ウインナー	ごはん 味の花 みそ汁 しめじ にら王	ごはん しぎこんが みそ汁 豆腐 がゆみ煮	ごはん しぎこんが みそ汁 大根 オムレツ	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁
昼	ごはん みそ汁 鶏のからあげ しいげんナムル	ごはん みそ汁 肉野菜炒め 揚げご-サ	ごはん みそ汁 照燻チキン マカロニサラダ	ごはん みそ汁 とんかつ ブロッコリー マヨごまソース			
夕	ピピン丼 中華スープ 温泉たまご サラダ	ごはん 和風スープ れんこハンバーグ のり塩ポテト お豆腐おかか炒め	ごはん けんちん汁 魚の照燻揚げ 塩焼きそば 海産サラダ				