

月間献立表

		シオX(A)						12月01日(日)
日付	朝						【みんなの日曜日】 ホタテと卵の中巻粥 炒り豆腐 ヨーグルト	
10時	昼						【みんなの日曜日】 モス特製ハンバーガー ミニボート スパゲティサラダ ラ・フランスゼリー	
おやつ	夕						【みんなの日曜日】 おやつ(小豆ムース)	
日付	12月02日(月)	12月03日(火)	12月04日(水)	12月05日(木)	12月06日(金)	12月07日(土)	12月08日(日)	
朝	粥 納豆 しるなの煮浸し みそ汁(玉葱・油揚げ)	粥 鶏肉のスープ煮 青菜のソテー りんごジャム フルーツ缶(洋梨)	粥 ちくわの炒め煮 長芋とろろ みそ汁(豆腐・椎茸)	ミルクロール オムレツ 付)ほうれん草ソテー マカロニサラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(りんご)	粥 厚揚げの含め煮 白菜の生煮和え みそ汁(もやし・貝類)	粥 ほうれん草とベーコンのソテー 温泉卵 みそ汁(かぶ・えのき)	粥 がんと冬冬の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(玉葱・貝類)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	粥 鶏肉の柚子こしょうソースかけ 柚子こしょうソース 付)キャベツ アスパラのソテー ミモザサラダ コンソメスープ(マッシュルーム・コーン)	粥 かじきの蒸し焼き 付)オクラ じゃが芋の煮物 ほうれん草の梅肉和え お吸い物(煮干し・貝類)	粥 豚肉と野菜の中巻煮 海鮮しょうまい もやしのさつぱり和え 中華スープ(若布・葱)	【施設見学会】 粥 鶏肉のごま醤油焼き 付)小松菜 かぼちゃの甘煮 抹茶あんみつゼリー お吸い物(花魁・万葉)	【お誕生会】 粥 赤飯 鯛身盛り合わせ 穴子の茶漬蒸し メロンムース お吸い物(手まり・葱)	粥 麻婆豆腐 しるなのナムル 杏仁プリン 中華スープ(春雨・コーン)	粥 たらの香味蒸し 里芋の煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(かぶ・大根菜)	
おやつ	おやつ(シュークリーム)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(マロンワッフル)	おやつ(野菜生活ゼリー)	【お誕生会おやつ】 おやつ(いちごロールケーキ)	手作りおやつ(りんごゼリー)	
夕	粥 さばのみりん焼き 付)ししとう 里芋の煮ころがし 白菜のごまバター和え 漬漬(大根)	粥 ほたて入り卵焼き 甘酢あん レバーとごぼうの炒り煮 菜の花の和風和え フルーツ缶(パイン)	粥 いわし醤油フライ・メンチカツ ソース 付)スナップエンドウ チキンサラダ かつおおろし カルピスポンチ	粥 白身魚のモノネズ焼き 付)玉葱 ふるふき大根 揚げの白酢和え 香の物(しば漬)	粥 チキンステーキ 付)玉葱 ふるふき大根 揚げの白酢和え ブロッコリーサラダ うめびしお	粥 めげの七味焼き 付)煮干し ほうれん草の炒り煮 切干大根の炒め煮 いんげんのくるみ和え 漬漬(きゅうり)	粥 かつとし れんこんのひき炒め キャベツとにらのごま醤油和え 香の物(ごぼう漬)	
日付	12月09日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)	12月15日(日)	
朝	粥 じゃが芋のそぼろ炒め 白菜のお浸し みそ汁(もやし・うずまき麺)	粥 鶏肉のトマト煮込み いちごジャム りんごのフルーチェ	粥 付)スナップエンドウ 付)アスパラ カリフラワーの辛子マヨネーズ和え みそ汁(しるな・おつゆ)	レーズンロール お好み小松菜のバターソース スパゲティ りんごジャム フルーツ缶(パイン)	粥 彩りはんぺんの含め煮 キャベツのごま醤油和え みそ汁(れんこん・みつば)	粥 いわし蒸焼き 付)甘酢あん ほうれん草のお浸し みそ汁(玉葱・わかめ)	粥 納豆 青菜とベーコンの炒め物 みそ汁(冬瓜・うずまき)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	粥 鶏肉のクリーム煮 マカロニサラダ カリフラワーの甘酢和え コンソメスープ(卵・畑菜)	粥 ほたての味噌煮 付)貝類 じゃが芋とごぼう ほうれん草の青じそ和え お吸い物(たけのこ・鶏さや)	粥 鶏肉の葱塩炒め かぶの漬物煮 白菜の漬物和え みそ汁(冬瓜・椎茸)	【国王食 萬歳】 粥 いただき いわし団子の煮合わせ 揚げゼリー かじり汁	粥 ハンバーグ ソース 付)甘煮人参・うまい菜 ジャーマンポテト フルーツ缶(みかん) あさりのスープ(みつば)	粥 けんちんうどん 具 ハンバーグ ソース 付)甘煮人参・うまい菜 ジャーマンポテト フルーツ缶(みかん) あさりのスープ(みつば)	粥 めだいの照り焼き 付)スナップエンドウ きんぴら もやしのうずまきあん お吸い物(しめじ・豆腐)	粥 めだいの照り焼き 付)スナップエンドウ きんぴら もやしのうずまきあん お吸い物(しめじ・豆腐)
おやつ	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(豆乳焼きドーナツ)	おやつ(和風ハンバーグ黒糖)	おやつ(ぶどうジュース)	おやつ(パニラクレープ)	手作りおやつ(青りんごゼリー)	
夕	粥 赤魚の粕漬焼き 付)オクラ しんかの煮物 しるなのおかか和え 香の物(桜大根)	粥 豚肉のんにく醤油炒め 付)ブロッコリー 大根のかにあんかけ たいみそ フルーツゼリー	粥 白身魚の焼き南蛮漬け うの花 キャベツの中巻サラダ 昆布佃煮	粥 豆腐ステーキ 肉味噌 付)ブロッコリー オニオンサラダ 香の物(沢庵)	粥 五目卵焼き 和風あん 冬瓜の土佐煮 梅干しと春巻の柚子こしょう和え 漬漬干し	粥 ぶり味噌焼き 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 鶏肉のタルタル焼き 付)スタ きざみ昆布の炒り煮 畑菜の和風和え 漬漬(きゅうり)	
日付	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	12月21日(土)	12月22日(日)	
朝	粥 カウソテー 付)野菜炒め 香の物(ごま油) みそ汁(豆腐・大根菜)	粥 キャロット煮込み 卵とし 付)小松菜のソテー ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん)	粥 絹揚げのねぎあんかけ ほうれん草の和え物 みそ汁(里芋・水菜)	パンブキンロール スナックエンドウ カリフラワー和風ソテー いちごジャム フルーツ缶(りんご)	粥 一口がんもの煮物 白菜のわさび和え みそ汁(貝類・おつゆ)	粥 豆腐ステーキ 肉味噌 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 ぶり味噌焼き 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 炒り豆腐 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(玉葱・大根菜)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	粥 八宝菜 焼ビーフン チーサイやっこ 中華スープ(オクラ・長葱)	粥 たらの野菜あんかけ 野菜あん れんこんさんぴら いんげんのピーナツ和え みそ汁(椎茸・おつゆ)	【待客忘年会】 粥 海鮮ちらし丼 茶碗蒸し 煮干しのお浸し お吸い物(白玉・万葉)	粥 めげの香味焼き 付)きゅうり 冬瓜と桜海老のくず煮 マカロニサラダ みそ汁(青菜・えのき)	粥 【お祝い】 和風かき揚げ なすの揚げ漬 根菜の甘辛炒め 漬漬(かぶ) みそ汁(あさり・葱)	粥 豆腐ステーキ 肉味噌 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 ぶり味噌焼き 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 かにかま入ふわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・貝類)
おやつ	おやつ(どら焼き)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(りんごジュース)	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(ショウ ストベリー)	おやつ(お好みケーキ)	手作りおやつ(パインゼリー)	
夕	粥 かれいの子葉煮 付)しるな・花人参 かぶのそぼろかけ ブロッコリーサラダ かつおおろし	粥 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし かぶと青梗菜の炒め物 うずら豆 フルーツ缶(マンゴー)	粥 つくねの照り焼き 付)アスパラ ふるふき大根 キャベツのマリネ のり佃煮	粥 豚肉の漬け焼き 付)玉葱 畑菜の煮浸し 香の物(赤しそ・漬漬)	粥 さわらのさつぱり煮 付)長葱 切干大根の炒め煮 菜の花の味噌和え あみえび佃煮	粥 豆腐ステーキ 肉味噌 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 ぶり味噌焼き 付)ふき さつま芋とりんごの煮合わせ いんげんのドレッシング和え 漬漬(きゅうり)	粥 和風卵焼き 付)大根おろし ハムと小松菜のソテー 白菜漬 フルーツ缶(カカテル)
日付	12月23日(月)	12月24日(火)	12月25日(水)	12月26日(木)	12月27日(金)	12月28日(土)	12月29日(日)	
朝	粥 オムレツ 付)ブロッコリー おからのなめたけ和え みそ汁(もやし・貝類)	粥 バターロール 鶏肉のクリーム煮 りんごジャム フルーツ缶(黄桃)	粥 白菜とけの炒め煮 温泉卵 みそ汁(里芋・わかめ)	コンビーフ スープ煮 ハフネンソテー ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴー)	粥 肉詰めいなり煮物 キャベツのゆかり和え みそ汁(うまい菜・おつゆ)	粥 豆腐の含め煮 なすのソテー和え みそ汁(玉葱・しめじ)	粥 かにかま入ふわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・貝類)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	【選択食】粥 Aめだいのバター醤油焼き B鶏肉のはちみつ煮 付)玉葱 さつま揚げとかぶの煮物 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁(若布・長葱)	粥 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし かぶと青梗菜の炒め物 うずら豆 フルーツ缶(マンゴー)	【クリスマス】 粥 チキンライス ビーフシチュー仕立て いちご杏仁プリン 玉葱とベーコンのコンソメスープ	粥 あじの和風ムニエル 付)オクラ ぜんまいの炒り煮 小松菜のお浸し お吸い物(とろろ・貝類)	粥 【お祝い】 和風かき揚げ なすの揚げ漬 根菜の甘辛炒め 漬漬(かぶ) みそ汁(あさり・葱)	粥 豆腐の含め煮 なすのソテー和え みそ汁(玉葱・しめじ)	粥 かにかま入ふわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・貝類)	
おやつ	おやつ(りんごケーキ)	おやつ(ヤクルト)	【クリスマスおやつ】 おやつ(クリスマスケーキ)	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(ショウ ストベリー)	おやつ(お好みケーキ)	手作りおやつ(プリン)	
夕	粥 焼き肉 付)かす じゃが芋の含め煮 畑菜のお浸し 漬漬(きゃべつ)	粥 赤魚の煮付け 付)れんこん レバーと玉葱の炒め物 昆布佃煮 フルーツ缶(みかん)	粥 蒸し豆腐の野菜あん 野菜あん えびとキャベツの炒め物 かぶのしそ風味和え 金山寺みそ	粥 青梗肉味噌 海鮮焼売 しるなのナムル フルーツ缶(白桃)	粥 かに入り卵焼き和風あんかけ 和風あん 里芋のごま煮 ブロッコリーの香味和え 香の物(胡瓜漬)	粥 豆腐の含め煮 なすのソテー和え みそ汁(玉葱・しめじ)	粥 かにかま入ふわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・貝類)	
日付	12月30日(月)	12月31日(火)						
朝	粥 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え みそ汁(もやし・大根菜)	粥 コービーロール オムレツ 付)アスパラ マカロニサラダ いちごジャム フルーツ缶(マンゴー)						
10時	牛乳	牛乳						
昼	粥 白身魚のマスタード焼き 付)スナップエンドウ かぶの煮物 きゅうりのめか漬 みそ汁(小松菜・うずまき)	【年越しそば】 粥 かき揚げそば 具 肉じゃが キャベツの塩梅和え フルーツ缶(マンゴー)						
おやつ	おやつ(平ようかん)	おやつ(ヤクルト)						
夕	粥 ポークチャップ ソーセージといんげんのソテー 人参サラダ カフェオレゼリー	粥 さわらの塩焼焼き 付)玉葱 ちくわとごぼうの甘辛炒め 白菜のゆかり和え のり佃煮						