

# 月間献立表

		7月(A)						
日付					12月01日(金)	12月02日(土)	12月03日(日)	
朝					粥 卵とじ アロカリの香味和え みそ汁(大根菜・おつゆ)	粥 納豆 しるなの煮出し みそ汁(もやし・貝割れ)	粥 かぶとつみれの煮物 青菜としるなの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ)	
10時					牛乳	牛乳	牛乳	
昼					【お誕生会献立】 赤飯 刺身盛り合わせ 茶碗蒸し あんみつ お吸い物(豆腐・若布)	粥 チキンステーキ バター醤油ソース 付)キャベツ アスパラのソテー モモザサダ コンソメスープ(マッシュルーム・コーン)	粥 バサの煮みそ焼き 付)オクラ じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し お吸い物(菜類・水菜)	
おやつ					おやつ(抹茶どら焼き)	【お誕生会おやつ】 スイーツ(クッキー)	おやつ(チョコレート)	
夕					粥 牛肉ときのこの炒め物 かぶの含め煮 かにかまと小松菜の和え物 香の物(しぼ漬)	粥 さばのみりん焼き 付)大根おろし 里芋の煮ころがし 白菜の青じし和え 漬漬(大根)	粥 ツナと野菜の煮焼き 付)ブロッコリー レバーとごぼうの炒り煮 いんげんの和風マヨ和え フルーツ缶(パイナップル)	
日付	12月04日(月)	12月05日(火)	12月06日(水)	12月07日(木)	12月08日(金)	12月09日(土)	12月10日(日)	
朝	粥 ちくわの炒め煮 長芋とろろ みそ汁(長葱・うずまき麩)	煮パン はんぺんチーズのせ焼き 付)野菜 ほうれん草のドレッシング和え ママレードジャム フルーツ(メロン)	粥 厚揚げの含め煮 白菜の生煮和え みそ汁(もやし・ねぎ)	バターロール チキンとベーコンのソテー アロカリサラダ メイプルジャム フルーツ缶(ミックス)	粥 がんと冬瓜の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(わか・えのき)	粥 じゃが芋のそぼろ炒め煮 青菜の煮ころがし みそ汁(もやし・うずまき麩)	粥 炒り豆腐 ほうれん草とわか和え物 みそ汁(冬瓜・わか)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	高菜チャーハン 肉しゅうまい 春雨サラダ 中華スープ(白菜・豆腐)	煮ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん ふろふき大根 オクラの梅がけお お吸い物(白玉麩・かぶ菜)	粥 あじの照り焼き 付)なす・花人参 さつま芋の煮物 豆のごま和えサラダ みそ汁(味噌・玉葱)	粥 麻婆豆腐 しるなのナムル きんぴら 中華スープ(春雨・コーン)	粥 たらの香味蒸し 里芋の煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁(かぶ・かぶ菜)	粥 鶏肉のクリーム煮 マカロニソテー カリフラワーの甘酢和え コンソメスープ(卵・野菜)	粥 さばの味噌煮 付)貝割れ きんぴらごぼう 大根のゆず風味和え お吸い物(まいけ・糟ざや)	
おやつ	おやつ(酒類)	おやつ(いちごクレープ)	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(ドーナツ)	おやつ(水餃子)	おやつ(シモンケーキ)	おやつ(もみじ饅頭)	
夕	粥 まぐろカツ・メンチカツ ソース 付)スナックエンドウ チキンサラダ 湯豆腐 かつおおかけ	粥 バサのチーズ焼き 付)玉葱 かぼちゃの煮物 小松菜とハムの和え物 のり佃煮	粥 鶏肉のトマトソースがけ 付)トマトソース 付)スナックエンドウ えびとかぶのコンソメ ブロッコリー・タルタルサラダ フルーツ缶(みかん)	粥 ほっけの七味焼き 付)春巻 切干大根の炒め煮 いんげんのくろみ和え 昆布佃煮	粥 かつとじ れんこんのピリ辛煮 青梗菜のごま醤油和え 香の物(つぼ漬)	粥 赤魚の山椒焼き 付)オクラ ひじきの煮物 なすのおかか和え フルーツ缶(白桃)	粥 牛肉のんにく醤油炒め 付)ブロッコリー かぼちゃの甘煮 香の物(きゅうり漬け) フルーツ缶(りんご)	
日付	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	12月16日(土)	12月17日(日)	
朝	粥 スナックエンドウ キャベツの辛子マヨネーズ和え みそ汁(しるな・おつゆ)	煮パン お弁当野菜のバターソテー 小松菜のドレッシング和え あんずジャム フルーツ缶(ミックス)	粥 彩りはんぺんの含め煮 キャベツのごま風味和え みそ汁(じゃが芋・かぶ菜)	黒糖ロール お豆腐 ブルーベリージャム フルーツ缶(黄桃)	粥 納豆 チキンとベーコンの炒め物 みそ汁(冬瓜・うずまき麩)	粥 ウインナー 椎茸のごまよごし みそ汁(豆腐・大根菜)	粥 お豆腐 ほうれん草とわか和え みそ汁(大根・わか)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	粥 鶏肉の塩焼炒め 冬瓜のかにあんかけ 白菜の和風サラダ みそ汁(じゃが芋・玉葱)	煮パン 【徳王煮 大分県】 物持ちし とり天 付)ブロッコリー こねり せせうま風きなこムス だんご汁	粥 【徳王煮 大分県】 物持ちし とり天 付)甘漬人参・カリフラワー ジャーマンポテト フルーツ缶(みかん) コンソメスープ(あさり・青菜)	粥 けんちんうどん 真 たらの天ぷら 小松菜の漬物 深蒸風ゼリー	粥 【お好み煮】 みそ汁 なすのみそ炒め フルーツ缶(りんご) お吸い物(しめじ・かぶ菜)	粥 【お好み煮】 焼豆腐 トマトのザーサイ和え 中華スープ(ほうれん草・長葱)	粥 ハヤの野菜あんかけ 野菜あん 牛肉れんこんきんぴら煮 いんげんのピーナツ和え みそ汁(雑煮・花枝)	
おやつ	おやつ(抹茶ワッフル)	おやつ(カステラ)	おやつ(味噌まんじゅう)	おやつ(ロールケーキ)	おやつ(小豆ムース)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(どら焼き)	
夕	粥 しいらの梅肉焼き 付)スナックエンドウ 長いもとピーマンの炒め物 カリフラワーの中華和え 昆布豆腐	粥 ほぎの南蛮漬け かぶの佃煮 畑菜の生煮醤油和え 香の物(沢庵)	粥 五目餅焼き 和風あん 冬瓜の土佐煮 鯖と白菜の柚子醤油和え おみそ汁	粥 ぶりの塩焼焼き 付)オクラ かぼちゃの煮物 いんげんの香味和え 香の物(さくら大根)	粥 鶏肉のタルタル焼き 付)オクラ さつま芋の炒り煮 畑菜の和風和え きゅうりの塩昆布和え かつおおかけ	粥 かかれの生煮煮 付)しるな・花人参 かぶのそぼろがけ ブロッコリーサラダ かつおおかけ	粥 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし じゃこと青梗菜の煮出し うずら豆 フルーツ缶(マンゴー)	
日付	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)	12月24日(日)	
朝	粥 精揚げのねぎあんかけ ほうれん草の和え物 みそ汁(玉葱・かぶ菜)	煮パン チキンのパン焼き 付)いんげん 大根のゆず醤油和え いちごジャム フルーツ(メロン)	粥 一口がんと煮物 白菜のわさび和え みそ汁(おつゆ・水菜)	ミルクロール ウインナーと野菜のソテー 青梗菜 あんずジャム フルーツ缶(洋梨)	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)	粥 だし巻卵 ほうれん草と豆 お豆腐のなめたけ和え みそ汁(もやし・わか)	粥 さばの塩焼き 付)大根おろし しるなのごま和え みそ汁(さつま芋・ねぎ)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	三色丼 ふろふき大根 キャベツの甘酢漬け お吸い物(菜類・大根菜)	粥 赤魚の香味焼き 付)甘酢しょうが 冬瓜のくず煮 ごま豆腐 みそ汁(青梗菜・えのき)	粥 【選取煮】 A鶏肉のかれー風味焼き Bお魚ハンバーグ 付)ブロッコリー なすの揚げ浸し もやしのすりおろし玉葱和え コンソメスープ(黄梗菜・コーン)	粥 ぶりのみりん焼き 付)オクラ 根菜の甘辛煮 漬漬(かぶ) みそ汁(あさり・葱)	粥 【冬至献立】 焼き肉 付)なす じゃが芋の含め煮 畑菜の梅肉和え みそ汁(はんぺん・みつば)	粥 【冬至献立】 ほぎのマスタード焼き 付)スナックエンドウ かぶの煮物 小松菜の梅じゃこ和え みそ汁(うずまき・豆腐)	粥 鶏肉の竜田揚げ 付)もやし じゃこと青梗菜の煮出し うずら豆 フルーツ缶(マンゴー)	
おやつ	おやつ(ドーナツ)	おやつ(おすてら)	おやつ(モカロールケーキ)	おやつ(バナナクレープ)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(カステラ)	おやつ(焼き芋)	
夕	粥 あじの漬物 付)アスパラ なすの含め煮 白菜の和風和え フルーツ缶(キウイ)	粥 豚肉と野菜の甘辛炒め 小松菜の煮出し マカロニサラダ かぶの含め煮 白菜の和風和え 香の物(赤しりの煮漬)	粥 さわらのさっぱり煮 付)昆布 付)昆布 切干大根の炒め煮 ほうれん草のくろみ和え おみそ汁	粥 チキンカツ ソース 付)キャベツ 大豆とひじきの煮物 野菜サラダ グレーゼリー	粥 鶏肉の塩焼焼き 付)花枝 かぶの煮物 小松菜の梅じゃこ和え みそ汁(うずまき・豆腐)	粥 しいらのバター醤油焼き 付)スナックエンドウ 付)玉葱 さつま芋とごぼうの炒り煮 白菜ときゅうりの和え物 漬漬(キャベツ)	粥 金目鯛の煮付け 付)オクラ レバーと玉葱の炒め物 中華風酢の物 昆布佃煮	
日付	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)	
朝	粥 納豆 さつま揚げといんげんの炒め みそ汁(里芋・わか)	煮パン 白菜のスープ煮 ブルーベリージャム フルーツ缶(りんご)	粥 肉詰めいなり煮物 キャベツのゆかり和え みそ汁(ゆずまい菜・おつゆ)	キャロットロール なすのミートソース 畑菜 りんごジャム フルーツ缶(白桃)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(冬瓜・貝割れ)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	【クリスマス献立】 ハヤシライス ポテトサラダ いちごゼリー クリームスープ	粥 あじの和風ムニエル 付)オクラ ごぼうの炒り煮 小松菜のお浸し お吸い物(とろろ・貝割れ)	粥 鶏肉の御膳揚げ 付)大根おろし 青梗菜炒め カリフラワーのゆず和え みそ汁(かぶ・葱)	粥 十五穀米ごはん 赤魚の塩焼焼き 付)ほうれん草 きざみ昆布の炒り煮 かぼちゃサラダ みそ汁(油揚げ・かぶ菜)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(冬瓜・貝割れ)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	
おやつ	【クリスマスおやつ】 おやつ(ケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(ドーナツ)	おやつ(きんぴら)	おやつ(スイートいちご)	おやつ(芋ようかん)	おやつ(黒糖あん)	
夕	粥 めばるの生煮醤油焼き 付)ブロッコリー 青梗菜の煮出し かぶのしそ風味和え 香の物(きゅうり漬)	粥 青梗菜肉桂 豆腐焼 しるなのナムル フルーツ缶(マンゴー)	粥 かに入り焼焼き和風あんかけ 和風あん 里芋のごま煮 ブロッコリーの相模和え たいみそ	粥 豚肉の味噌炒め 冬瓜のえびあんかけ もやしのコンソメ 香の物(煮しるの煮漬)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(冬瓜・貝割れ)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	粥 【クリスマス献立】 厚揚げの含め煮 白菜の和風和え みそ汁(もやし・大根菜)	