献　立　表

歌食

			12/1	12/2	12/3	12/4	12/6	12/8
朝	A定食		ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 野菜の炒め物(小柱) 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ミネストローネ(ｷﾁﾝ) 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｴﾋﾞﾌﾗﾀﾞﾐﾙｸ 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｽﾍﾟｯｼｪﾎﾞﾙｸ 付)ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾊﾟﾝ80g･ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｸﾘｰﾑ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)
	B定食		全粥　300g 鶏肉の治部煮(D) なす野味噌和え 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	全粥　300g 鯵の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(みかん) 牛乳	全粥　300g 筑つくね野菜煮⑤ 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 梅の和え物 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	全粥　300g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル風 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 鶏肉のおろし煮(60) とろろ芋 付)パック醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)
昼	A定食		焼きうどん(16) エビ焼売② 大根サラダ(マヨ)	全粥　300g シチュー(カレー風味) 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	全粥　300g ブリの照り焼き(80) 大根の煮物 ゆかり和え(ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 鶏肉のﾄﾏﾄ煮(皮ﾅｼ60) 錦しぎ 春雨サラダ⑤	全粥　300g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売② ｺｰﾋｰ	全粥　300g 鮭の香味ｿｰｽ(焼) 春雨の金平煮 小松菜の土佐和え
	B定食		全粥　300g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売② 大根サラダ(マヨ)	全粥　300g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	全粥　300g 豚肉と厚揚げ炒め(軟) 大根の煮物 ゆかり和え(ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 鯵の照り焼き 錦しぎ 春雨サラダ⑤	たらこｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ80 クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売② ｺｰﾋｰ	全粥　300g 鶏肉の照り焼き 春雨の金平煮 小松菜の土佐和え
夕	A定食		全粥　300g 鶏肉のﾊﾟﾝ粉焼 付)パックソース ビーンズサラダ いり豆腐	全粥　300g すきやき煮(冬・軟) 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾌｳﾁﾝ・ﾊﾟﾝﾍﾟﾝ)	全粥　300g 鶏肉の生姜焼き(90) 竹輪とｲﾝｹﾞﾝの炒め物 ｺﾞﾎﾞｳのナムル 味噌汁(白菜)	全粥　300g メバルの梅焼き 食卓煮(高野豆腐) 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花麩)	全粥　300g ﾒﾙﾛｰﾁ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾎﾞﾃﾄﾌﾗｲ 杏仁豆腐 味噌汁(ｽﾅｵ・ﾎﾈﾞ)	全粥　300g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ(マヨ) フルーツ豆(黄桃) 味噌汁(ｴﾉﾊﾞ・豆麩)

			12/7	12/9	12/10	12/11	12/12	12/13
朝	A定食		★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰｽﾞ 仕立て 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｸｲﾝｱと野菜の炒め物 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｻﾗとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾟﾗﾑ ポークビーンズ(D) 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｼﾞｬﾑ 鼻こもり卵 付)ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 野菜ソテー U 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ) 牛乳
	B定食		全粥　300g 五目あんかけ豆腐(五) 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	全粥　300g 五目野菜の味噌煮 果物(みかん) 牛乳	全粥　300g 豆腐のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(バナナ) 牛乳	全粥　300g 豆腐とｷﾉｺﾞ温の煮物 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 鯵の塩焼き(60) ﾍﾞﾋﾞｰｺｰﾝ 果物(オレンジ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ) 牛乳
昼	A定食		肉うどん(16) 鮭おにつの(温) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	全粥　300g タンドリーチキン さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	全粥　300g 鯵の田楽焼き 焼き竹輪と大根の煮物 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 豚肉の生姜炒め0 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜と･･ｺｰﾝのｿﾃｰ	けんちんうどん　200 けんちんつの(温) 煮豆(金時豆) 甘酢和え(かぶ)	全粥　300g 黒とつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾞﾃﾄﾌﾗｲ ｷｬﾍﾞﾂｻﾗﾀﾞ(ﾊﾑ)
	B定食		全粥　300g 鮭の香草焼き(80) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	全粥　300g 豚肉の卵炒め⑤ 南瓜の煮物 白菜のお浸し	全粥　300g 友禅豆腐(五) さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	全粥　300g 鶏肉の磯辺焼き(90) 焼き竹輪と大根の煮物 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 鮭のムニエル ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜と･･ｺｰﾝのｿﾃｰ	全粥　300g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ﾎﾞﾃﾄﾌﾗｲ ｷｬﾍﾞﾂｻﾗﾀﾞ(ﾊﾑ)
夕	A定食		全粥　300g 赤魚の西京焼き(60 筑そぼろと麩の煮物 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)⑤ みたらし団子	全粥　300g のし鶏 野菜の甘辛炒め(D) ｺﾞﾎﾞｳ･ﾆｼﾞﾝ･ﾂﾎﾞﾐ･ｷｸﾗｹﾞ 清し汁(ﾎﾈﾞ･ﾜｶﾒﾌｸ)	全粥　300g 鮭の塩焼き(60) 筑のパック醤油 ｷﾑの味噌和え⑤ あんみつ	全粥　300g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰﾅﾂ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(豆腐)	全粥　300g 薬師はるみさん監修の 弟協とｷｬﾍﾞﾂの甘辛煮 サイコロサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ･ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)	全粥　300g ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞの和風ｿｰｽ⑤ 野菜の甘辛煮 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	全粥　300g 鶏肉の照り焼き 春雨の金平煮 白菜の節の物 味噌汁(ﾌｳﾁﾝ・豆腐)

			12/14	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19	12/20
朝	A定食		★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰｽﾞ 卵ｻﾗﾀﾞ　(5) 果物(みかん) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾊﾟﾝ80g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のクリーム煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ハムエッグ 付)ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾟﾗﾑ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 減塩ｺﾞﾏ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ⑤ 果物(バナナ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g･ｼﾞｬﾑ ｺﾞﾛｯｹｻﾗﾀﾞ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾟﾗﾑ ハム野菜ソテー 果物(バナナ) 牛乳
	B定食		全粥　300g 土佐納豆(五) 大根の煮物 果物(みかん) 牛乳	全粥　300g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 鶏つみれの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 砂り卵 和え物(白菜)⑤ 果物(バナナ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g 五目野菜煮⑤ 温泉卵 醤油pc 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 和風炒め(ﾚﾀｽｴﾋﾞ) 果物(バナナ) 牛乳
昼	A定食		全粥　300g ホキの味噌焼き 葉芋の煮物 小松菜のお浸し ふりかけ(Caｶﾙ)	全粥　300g 八宝菜(五) 焼売② 二色なます	全粥　300g ビビンバ(豚) 竹輪と麩の炒め煮 フルーツカクテル	全粥　300g チキンと ｶﾚｰ80(ｶﾚｰ風味 ｺｰﾝ ﾎﾞﾄﾙｽﾎﾟｰﾂ添え	全粥　300g ブリの照り焼き(60) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T	全粥　300g ﾁｷﾝｺｰﾝ(ｶﾚｰ風味) ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾞﾃﾄﾌﾗｲ(ﾔｷ)	葉原はるみさん監修の ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰﾄｰｽ(80) ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ(冬) 白菜と小柱のｿﾃｰ
	B定食		ﾌﾚｰﾊﾞﾘｱﾝﾎﾟﾃﾄｨ(80) 葉芋の煮物 小松菜のお浸し ふりかけ(Caｶﾙ)	卵ときしめん 200 鮭おかつの(卵とじ) 焼売② 二色なます	全粥　300g ﾁｷﾝのｷｬﾍﾞﾂ焼き風⑤ 竹輪と麩の炒め煮 フルーツカクテル	全粥　300g 鳳ふの客前ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ ｺｰﾝ ﾎﾞﾄﾙｽﾎﾟｰﾂ添え	全粥　300g 牛肉ﾋﾞｴｰﾙ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T	全粥　300g 鮭のｷﾑ焼き(60) ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾞﾃﾄﾌﾗｲ(ﾔｷ)	全粥　300g ｶﾎﾞﾁｬの おろし煮 コーンサラダ(冬) 白菜と小柱のｿﾃｰ
夕	A定食		全粥　300g 鮪どり⑤(90) 野菜の中華和え 大学芋風あんがらめ 中華ｽｰﾌﾟ(白菜)	全粥　300g 牛丼風煮(卵) 小松菜の和え物 フルーツ豆(みかん) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･豆腐)	全粥　300g ﾎﾀﾃのﾊﾟﾝ粉焼き(H) 付)パックソース なすの生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	全粥　300g アカウオの塩焼(80) 付)パック醤油 葉芋の煮物 甘酢和え(麩・葉) 卵ｽｰﾌﾟ	全粥　300g 鶏肉のｿﾃｰ(80) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾌﾗﾜｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	全粥　300g ﾙﾊﾞｰの磯辺焼き 砂り豆腐 なす野味噌和え	全粥　300g 鯵の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ) 春雨ｻﾗﾀﾞ(麩) 練り梅Pc

			12/21	12/22	12/23	12/24	12/25	12/26	12/27
朝	A定食		★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰｽﾞ ﾄｽﾄｽｰﾌﾟ 煮(ｷﾉ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 南瓜と焼き肉のｽｰﾌﾟ 煮 果物(みかん) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ハムのカマタ⑤ 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾚｰｽﾟﾊﾟﾝ80g･ﾊﾞﾀｰ ｽﾀﾗｯﾌﾟ ﾎﾟｯﾌﾟ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾟﾗﾑ ﾎﾟｰｸﾋﾞｰﾝｽﾞ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｼﾞｬﾑ ポークビーンズ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(バナナ) 牛乳
	B定食		全粥　300g がんもと野菜の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g 土佐納豆(五) 大根とちくわの煮物 果物(みかん) 牛乳	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 付)パック醤油 中華風和え物⑤(長芋) 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g ｲｶﾀつみれの煮物 浦野三絲⑤ 果物(オレンジ) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g 筑前煮⑤ 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g メバルの煮付け 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) 果物(バナナ) 牛乳
昼	A定食		全粥　300g ﾒﾙﾛｰﾁのﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ 冬瓜のくず煮 ゆかり和え(白菜) のり佃煮Pc	全粥　300g ﾎﾟｰﾗﾝﾄﾞｼﾞｬｰ(D) じゃがいもの煮物 青梗菜のお浸し	全粥　300g 牛焼肉 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) さつま芋ｻﾗﾀﾞ	五目あんかけうどん 焼売② かぶのナムル	全粥　300g 鯵の梅風味照焼き 青菜とｼﾗｽの炒めもの なすの胡麻和え⑤	全粥　300g 鶏肉の生姜炒め⑤ 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ(Caｶﾙ)	全粥　300g チキンソテー　⑤ ツナサラダ(冬) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾀﾏﾈｷ)
	B定食		全粥　300g 鶏肉の春味ｿｰｽ(焼90⑤ 冬瓜のくず煮 ゆかり和え(白菜) のり佃煮Pc	全粥　300g 鯖のチーズ焼き(80) じゃがいもの煮物 青梗菜のお浸し	全粥　300g メバルの味噌焼き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) さつま芋ｻﾗﾀﾞ	全粥　300g 鮭の春草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル	全粥　300g 豚肉のピ ﾀﾙｽｿｰｽ 煮浸しｼﾗｽの炒めもの なすの胡麻和え⑤	きつねうどん(200) めんかけつの(温) 中華風炒り豆腐(ﾚﾀｽ) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	全粥　300g ﾒﾙﾛｰﾁ(白身)ｶﾚｰ風味焼 ツナサラダ(冬) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾀﾏﾈｷ)
夕	A定食		全粥　300g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と麩の和え物 ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰﾄｰｽ	全粥　300g 鮪子煮(D) 甘酢和え(麩・葉) 手作りゼリー(ｸﾞﾚｰﾌﾟ) 味噌汁(豆腐)	全粥　300g 林の野菜あんかけ(60 春雨の金平煮 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(玉葱・麩)	全粥　300g ビーフシチュー ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ) ﾌﾙｰﾂﾎﾞｳﾙ	行事食献立 お楽しみに！	全粥　300g 赤魚の西京焼き(60 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(ﾀﾏﾈｷ) 味噌汁(ﾌｳﾁﾝ・豆麩)	全粥　300g 筑茶 春雨ｻﾗﾀﾞT(ﾚﾓﾝﾄﾞﾘ) 杏仁豆腐

			12/28	12/29	12/30	12/31			
朝	A定食		★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾚｰﾍﾞﾘｰｽﾞ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞ のｽｰﾌﾟ 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾟﾗﾑ ｻﾗとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 南瓜のスープ煮 果物(みかん) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)			
	B定食		卵焼(手作り) 鮪の煮付 果物(ﾊﾟﾅﾅ0.5単位) 牛乳	全粥　300g 鮭の塩焼き 50 野菜とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 和風ｶﾚｰﾊﾞｰﾙ⑤ 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 砂り卵 ゆかり和え(長芋) 果物(みかん) ジョア(ﾌﾟﾚｰﾝ)			
昼	A定食		全粥　300g 鯖の甘酢あん ⑤ 筑子の生姜炒め ロールケーキ(抹茶)	全粥　300g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のお浸し⑤	全粥　300g 鳳ふのﾄﾏﾄｿｰｽかけ(40 じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	全粥　300g 和風他き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ和え(ﾌﾟﾛｰﾂﾅ)			
	B定食		全粥　300g 豚肉の照り焼 筑子の生姜炒め ロールケーキ(抹茶)	全粥　300g ｻﾊﾞの香草ﾊﾟﾝ粉焼 付)パックソース 厚揚げと青菜の煮物 白菜のお浸し⑤	全粥　300g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	全粥　300g ぶり大根 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏｶﾛﾆｽﾞ 和え(ﾌﾟﾛｰﾂﾅ) ふりかけ(Caｶﾙ)			
夕	A定食		全粥　300g コロッケロ(焼 付)パックソース ﾀﾙﾀﾙｻﾗﾀﾞ(大根) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ	全粥　300g シルバーのレモン焼き 春雨のさっと煮T あんみつ 味噌汁(玉葱・麩)	全粥　300g 麻婆豆腐⑤ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾌﾗﾜｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 中華ｽｰﾌﾟ(卵)	おかめうどん めんつゆ(温) 野菜の味噌煮⑤ ひとくち桃まん			

＊献立は都合により変更させていただくことがございます。