

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	12月13日(月)	12月14日(火)	12月15日(水)	12月16日(木)	12月17日(金)	12月18日(土)	12月19日(日)
朝食	ご飯 カリフラワーソテー	パン コーンポタージュ	ご飯 いり豆腐	ご飯 魚の塩焼き(さけ)	パン ミネストローネ	ご飯 スクランブルエッグ	ご飯 野菜炒め
	納豆	根菜サラダ	グリーンサラダ	和風ドレッシング和え	ひじきサラダ	フレンチサラダ	納豆
	みそ汁	牛乳	ふりかけ	味付けのり	牛乳	ふりかけ	みそ汁
	牛乳		みそ汁 牛乳	みそ汁 牛乳		みそ汁 牛乳	牛乳
昼食	かやくご飯 さわらの磯辺焼き 海藻サラダ 肉じゃが フルーツヨーグルト	ご飯 鶏肉きのこあんかけ マカロニサラダ 昆布豆 フルーツ	ハヤシライス ビーンズサラダ わかめスープ 牛乳寒天 フルーツソース	ご飯 ハンバーグ ひじきの煮物 梅肉和え フルーツ	ご飯 さばの味噌煮 ツナサラダ 大根そぼろあんかけ 牛乳寒天	和風きのこスパゲティ 甘酢漬け 黒豆ヨーグルト	ご飯 白身魚フライ コンソメスープ おろし酢和え デザート
	五穀ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん	五穀ごはん	麦ごはん	五穀ごはん
	豚肉とごぼうの煮込み	石狩鍋風	むつ西京焼き	高野豆腐肉詰め煮	豚肉の野菜巻き	ぶり照り焼き	白菜と肉団子の煮物
	めかぶ酢の物	春雨サラダ	切干し大根の煮物	ポテトサラダ	なめ茸和え	とろろ芋	ポークビーンズ
ビーフソテー	じゃこ炒め	れんこんサラダ	磯辺和え	大根サラダ	クリーム煮	もずく酢	
みそ汁	けんちん汁	ポン酢和え	豚汁	中華スープ	みそ汁	沢煮椀	

