2011年12月5日(月)～12月18(日)の献立表

	12月5日(月)	12月6日(火)	12月7日(水)	12月8日(木)	12月9日(金)	12月10日(土)	12月11日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (白菜、油揚げ) 繊切り野菜のソテー お浸し(ほうれん草) 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) きんぴらゴボウ とろろ芋 しそ巻き 牛乳	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 蓮根の味噌金平 納豆 昆布巻き 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 切り干し大根の煮付け おろし添え(さつま揚げ) 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) ほうれん草のバター炒め カボチャの甘煮 イカ塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) ひじきの五色煮 温泉卵 紫蘇あんず 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) じゃがいものそぼろ煮 納豆 漬け物(在庫) 牛乳
昼 食	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 豚肉のカツレツ ポテトサラダ 漬け物(たくあん) 果物(グレープフルーツ)	ご飯 すいとん汁 焼き魚(甘塩鮭) 治部煮 白菜の昆布茶漬け 果物(みかん)	ご飯 わかめスープ チンジャオロースウ 二色浸し(青菜、白菜) 漬け物(梅ザーサイ) 果物盛り合わせ	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) かじき鮪の甘露煮 春雨サラダ 即席漬け 果物(オレンジ)	三色飯 味噌汁 (大根、小松菜) 煮しめ(里芋) もって菊の酢の物 果物(グレープフルーツ)	ご飯 みそけんちん汁 つぼ鯛のみりん焼き 里芋の南蛮煮 赤カブの甘酢漬け 果物(オレンジ)	サンドイッチ(ツナ) 菓子パン(ジャムパン) きのこスープ 鶏肉のクリーム煮 サラダ(アメリカンドレッ 果物(グレープフルーツ)
夕 食	ご飯 味噌汁 (ｼﾞｬｶﾞｲﾓ･わかめ) かつおのしぐれ煮 豆腐の山路あん 漬け物(柴漬け)	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 牛肉とゴボウの甘辛煮 菊花のお浸し 漬け物(柴漬け)	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 焼き魚(ほっけ) 肉豆腐 漬け物(たくあん)	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 野菜炒め(豚バラ、ニラ) 里芋の照り煮 漬け物(かっぱ漬け)	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) カレイの生姜煮 五目チャンプルー 漬け物(かっぱ漬け)	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 二色浸し(青菜、白菜) 鶏の醤油煮 漬け物(たくあん)	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、油揚げ) 秋刀魚の香味煮 大豆の炒め物 漬け物(たくあん)

	12月12日(月)	12月13日(火)	12月14日(水)	12月15日(木)	12月16日(金)	12月17日(土)	12月18日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) たらこ炒り お浸し(春菊、えのき茸) 卵焼き 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 五目煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 卵の花炒り とろろ芋 漬け物(かっぱ漬け) 牛乳	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 炒り豆腐 カボチャの甘煮 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 切り昆布の煮しめ ナメコおろし和え イカ塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 油麩の煮物 温泉卵 漬け物(柴漬け) 牛乳	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 豆モヤシの煮物 納豆 漬け物(つぼ漬け) 牛乳
昼 食	ご飯 のっぺい汁 鯖の味噌煮 もって菊の酢の物 揚げ出し豆腐 果物(オレンジ)	ドライカレー わかめスープ 梅肉の和風サラダ 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) ぶりのおろしポン酢ソテー 煮しめ 青菜のお浸し 果物(オレンジ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 鶏肉の胡麻南蛮 スパゲテイサラダ 白菜の昆布茶漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) エビとホタテのフライ マカロニサラダ 赤カブの甘酢漬け 果物(オレンジ)	ご飯 かき卵汁 八宝菜 菊花のお浸し 漬け物(ザーサイ) 果物(グレープフルーツ)	菓子パン(クリームパン) サンドイッチ(卵) クラムチャウダー ムニエル(白身魚) サラダ(人参ソース) 果物(オレンジ) 果物(キュウイフルーツ)
夕 食	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 回鍋肉 大根の柚煮 漬け物(在庫)	ご飯 味噌汁 (キャベツ･エノキ) さわら西京焼き 煮しめ(里芋) 漬け物(たくあん)	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 肉団子の甘酢あんかけ さつまいものレモン煮 漬け物(かっぱ漬け)	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、油揚げ) 煮魚(赤魚) 小松菜の野菜炒め 漬け物(たくあん)	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 牛肉の牡蠣油炒め コールスロー 漬け物(在庫)	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、油揚げ) 鮭のかす漬け焼き 中華風和え(クラゲ) 漬け物(かっぱ漬け)	ご飯 味噌汁 (わかめ、エノキダケ) 鶏肉と蓮根の旨煮 お浸し(シメジ、法蓮草) 漬け物(つぼ漬け)