

暖暖の里 献立表



merry
Christmas!!

(株)ミツイ フードサービス部

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)
	はんぺんの卵とじ ふりかけ きゅうりの醤油漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ソーセージの卵炒め 海苔佃煮 青胡瓜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	鮭の塩焼き 味付け海苔 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料
	肉団子の甘酢あんかけ マカロニサラダ 水菜の昆布漬 ご飯 清まし汁 デザート	鯖の味噌焼き 高野豆腐の煮物 ごま人参 ご飯 清まし汁 デザート	具だくさん温麺 ゆず大根 和風プリン
	秋刀魚の柚子胡椒焼き 茹で餃子 小松菜ナムル ご飯 味噌汁	鶏肉の酢豚風 揚げ茄子の生姜醤油和え 切干大根煮 ご飯 清まし汁	赤魚の粕漬け焼き 菜の花の辛子和え 蒸し鶏のゴマ和え ご飯 味噌汁
	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)
朝	ツナと玉ねぎの煮物 昆布佃煮 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ミニオムレツ ほうれん草のバター炒め パン コンソメスープ 牛乳	ミートボール 納豆 赤胡瓜漬 ご飯 味噌汁 乳酸飲料
昼	ブリの煮付 茄子のミートソース煮 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁 デザート	鶏大根 ほうれん草のお浸し ポテトサラダ ご飯 清まし汁 デザート	カレイのおろし煮 キャベツの卵炒め わかめの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート
夕	豚の生姜焼き 大根とさつま揚げの煮物 金時豆 ご飯 清まし汁	鯖のににく醤油焼き 白菜と春雨の炒め煮 きゅうりの浅漬け ご飯 味噌汁	照り焼きチキン もやしとニラ炒め 昆布豆 ご飯 清まし汁
	12月7日(木)	12月8日(金)	12月9日(土)
	厚揚げと糸こんの煮物 卵焼き 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ごぼう巻と里芋の煮物 とろろ あみ佃煮 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	鯖の西京焼き もやし炒め 桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト
	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)
朝	がんものの含め煮 笹かまの山葵醤油和え 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	目玉焼き なめ茸豆腐 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	鰯の塩焼き 納豆 青胡瓜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	照焼きつくね 人参とピーマンのごま味噌炒め 若布とかがみの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート	カレイの煮付 かぼちゃのいとこ煮 スパゲティーサラダ ご飯 清まし汁 デザート	親子丼 小松菜と油揚げの煮物 豚汁 デザート
夕	赤魚の香味焼き 蒸し餃子 青梗菜の塩炒め ご飯 清まし汁	牛肉と里芋の中華煮込み ひじき煮 胡瓜とみかんの酢の物 ご飯 味噌汁	メヌケの煮付 卯の花 薩摩揚げと野菜の煮物 ご飯 清まし汁
	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)
	豚バラと糸こんの煮物 温泉卵 昆布佃煮 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜ちりめん ご飯 味噌汁 ヨーグルト	厚揚げ煮 ボイルドウインナー ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料
	12月16日(土)	12月17日(日)	12月18日(月)
朝	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)
昼	板麩の卵とじ リーゼーのカツアゲ炒め 赤胡瓜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ペーパーとブロッコリーのリーフスランブルエッグ パン コンソメスープ 牛乳	ツナじゃが 金時豆 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料
夕	メバルの黒胡椒焼き 里芋の煮物 キャベツのカレー炒め ご飯 清まし汁 デザート	柔らか酢豚 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ オクラのごま和え ご飯 味噌汁 デザート	秋刀魚のおろし煮 甘辛肉団子 野菜と高野豆腐の煮物 ご飯 清まし汁 デザート
	12月22日(金)	12月23日(土)	12月24日(日)
朝	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)
昼	ベイクドエッグ ひじき煮 刻み大根漬 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ツナ野菜炒め 笹蒲鉾の山葵醤油和え 桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	卵焼き ボイルドウインナー 梅びしお ご飯 味噌汁 乳酸飲料
夕	～クリスマスマニュ～ 握り寿司盛り合わせ 漬物 清まし汁 クリスマスケーキ	ハヤシライス さつまいもの柚子煮 野菜スープ デザート	白身魚のフリッター 竹輪と青梗菜の中華炒め ひじき煮 ご飯 清まし汁 デザート
	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)
朝	12月31日(日)	12月31日(日)	12月31日(日)
昼	12月31日(日)	12月31日(日)	12月31日(日)
夕	12月31日(日)	12月31日(日)	12月31日(日)