

12 2022 令和4年

献立表

都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただきます。あらかじめご了承ください。



	木 1日	金 2日	土 3日
朝	御飯 味噌汁 カリフラワーのカレー炒め ごま和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ ソーセージと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 味噌煮 和え物 漬物 ヤクルト
昼	おかめうどん つゆ(うどん) おにぎり 炊き合わせ もずくの生姜酢 青りんごゼリー	御飯 八宝菜 コロケ ピーナッツ和え ゼリー(マスカット) わかめスープ	<松花堂弁当> ちらし寿司 魚の西京漬け焼き 筑前煮 天つゆ 茶碗蒸し 白和え デザート お吸い物
夕	御飯 たらの磯辺揚げ 付け合わせ 糸こんにの卵とじ かに風味和え 煮豆 お吸い物	御飯 ナガメハルの煮付け 付け合わせ 含め煮 ポテトサラダ 漬物 味噌汁	御飯 野菜炒め レンコンと角揚げの煮物 和え物 煮豆 味噌汁

	日 4日	月 5日	火 6日	水 7日	木 8日	金 9日	土 10日
朝	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ オムレツ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 切干大根の卵とじ 和え物 あみえび佃煮 ヤクルト	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 おなか和え 味付けのり 牛乳	パン パンプキンスープ スクランブルエッグ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 ぶりの梅しそ焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 マカロニサラダ 煮豆 お吸い物	牛すきそば御飯 がんものおろし煮 ごまみそ和え 漬物 かきたま汁	御飯 魚の塩焼き 付け合わせ(大根おろし) 大豆と昆布の煮物 スパゲティーサラダ 漬物 赤だし	☆祭りめぐり しつぽくうどん(温) だし おにぎり けんちゃん ブロッコリーのヘルシーサラダ フルーツ	御飯 鶏肉の野菜ソースかけ 付け合わせ じゃこじゃが 和え物 ぶどうゼリー お吸い物	きつねそば そばだし おにぎり 梅しそフライ ごま酢和え フルーツ	マーボー丼 餃子 ポテトサラダ ごま酢和え フルーツ 中華スープ
夕	菜飯 牛肉の柳川風 里芋の煮物 なめたけ和え 漬物 味噌汁	御飯 さわらのグリーンソースかけ 付け合わせ ひじきの煮物 ごま和え 漬物 味噌汁	わかめ御飯 豚肉の香草焼き 付け合わせ じゃが芋の炒め物 春雨の酢の物 漬物 味噌汁	御飯 たらの味噌マヨ焼き 付け合わせ 含め煮 ごま酢和え フルーツ お吸い物	御飯 ぶりの照り焼き 付け合わせ 筑前煮 磯和え 漬物 味噌汁	御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 しらす和え 漬物 味噌汁	御飯 ブリ大根 青菜のソテー 南瓜サラダ 漬物 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 はんぺんの卵とじ 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 卵とじ お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 ごま和え 漬物 牛乳	パン コーンポタージュ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 チキンカツ 付け合わせ ピーナツソテー 菜種和え 漬物 コンソメスープ	焼きそば おにぎり ピーナツ和え わかめスープ ぶどうゼリー	御飯 さわらの五日あんかけ 含め煮 梅肉和え 煮豆 お吸い物	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 炒り豆腐 しらす和え 漬物 味噌汁	味噌ラーメン おにぎり 春巻き ナムル 青りんごゼリー	御飯 さけのマスタード焼き 付け合わせ レンコンと角揚げの煮物 ポン酢和え フルーツポンチ 味噌汁	牛丼 湯豆腐 酢の物 漬物 お吸い物
夕	御飯 さばのおろし煮 付け合わせ 肉じゃが和え 中華風和え フルーツ お吸い物	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ レンコンのきんぴら おなか和え 漬物 お吸い物	ひじき御飯 チキンピカタ 付け合わせ かに玉 青菜ときこのお浸し 漬物 味噌汁	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 南瓜のあんかけ もずくの生姜酢 フルーツ お吸い物	御飯 すき焼き風 切干大根の炒め煮 ツナの和風和え 煮豆 味噌汁	御飯 くわ焼き(鶏肉) 付け合わせ ふるふき大根 白和え 漬物 お吸い物	御飯 ぶりのかわり天ぷら 付け合わせ 含め煮 もやしの生姜醤油和え 漬物 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おなか和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ スクランブルエッグ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 里芋の煮物 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 いわしの蒲焼 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 牛肉と野菜のみそ炒め 卵とじ 春雨のサラダ 漬物 お吸い物	山かけうどん うどんだし おにぎり 五目ひじき なます オレンジゼリー	御飯 さけのムニエル 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 錦糸かけ 煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉のもろみ焼き 付け合わせ 金平ごぼう ごま和え 漬物 味噌汁	御飯 チキンカツのオロソースかけ 付け合わせ 炒り豆腐 しらす和え 漬物 味噌汁	カレーライス 漬物 ささみフライ ポテトサラダ フルーツ	チキンライス 星のミートコロケ マカロニサラダ クリスマスケーキ クリームポタージュ
夕	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ 里芋のそぼろあん ごま和え フルーツ野菜ゼリー 味噌汁	御飯 八宝菜 餃子 ドレッシング和え フルーツ 中華スープ	御飯 おでん 切干大根の炒め煮 豆サラダ 漬物 お吸い物	御飯 あじの南蛮漬 大根の煮物 オクラのジャコ和え 煮豆 お吸い物	御飯 さばの煮付け 付け合わせ かぼちゃの煮物 酢味噌和え フルーツ かきたま汁	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ いかと大根の煮物 なめたけ和え 漬物 味噌汁	<パイキング>
朝	御飯 味噌汁 切干大根の卵とじ 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 おなか和え 味付けのり 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おなか和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ 野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 松風焼き 付け合わせ 野菜のコンソメ煮 なめたけ和え フルーツ 味噌汁	御飯 鶏肉のくわ焼き 付け合わせ 里芋の含め煮 マカロニサラダ 漬物 味噌汁	親子丼 がんものおろし煮 ごま和え 青りんごゼリー 味噌汁	御飯 あじのマスタード焼き 付け合わせ いかと大根の煮物 錦糸かけ フルーツ お吸い物	中華丼 春巻き ピーナツ和え フルーツポンチ 中華スープ	御飯 さけの青のりピカタ 付け合わせ 里芋とひじき煮物 キャベツのみそマヨ和え 漬物 お吸い物	年越しそば(えび天) そばだし おにぎり レンコンと角揚げの煮物 柚子醤油和え ぶどうゼリー
夕	御飯 たらの磯辺揚げ 付け合わせ 糸こんにの卵とじ かに風味和え 煮豆 お吸い物	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) レンコンのきんぴら ひじきの白和え フルーツ お吸い物	御飯 ぶりのもろみ焼き 付け合わせ 筑前煮 おなか和え 漬物 お吸い物	御飯 すき焼き風 南瓜のそぼろ煮 酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 ブリ大根 肉じゃが 白和え 漬物 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ 付け合わせ じゃこじゃが もずくの生姜酢 フルーツ 味噌汁	炊き込み御飯 金目の煮付け 付け合わせ 磯辺揚げ豆腐 ごま和え 漬物 赤だし