

週間献立表

12月21日		12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯 味噌汁 ひじき入り玉子焼き オクラのなめたけ和え 牛乳 	御飯 味噌汁 切り干し大根煮 ほうれん草のお浸し 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ フルーツ 牛乳	御飯 味噌汁 大根と豆腐の煮物 しろなおかかまぶし 牛乳 	御飯 味噌汁 ちくわ キャロットラペ 牛乳 	パン コンソメスープ 大豆のトマト煮 フルーチェ 牛乳	御飯 味噌汁 卵の花 小松菜のごま風味 牛乳 
昼	御飯 鶏の油淋鶏ソースかけ 青菜と厚揚げの煮物 ふきの煮浸し	御飯 鰯の西京焼き 豆乳がんも煮 キャベツとしらすのたらこ風味 	御飯 豚の生姜焼 かぶの煮物 きゅうりと人参のサラダ 	御飯 ぶりのごま照焼 豚肉の炒め物 カリフラワーの塩昆布がけ	★クリスマス★ デミソースオムライス コロッケ アボカドサラダ クリスマスケーキ 	御飯 鶏の辛子醤油かけ まいたけの炒め煮 オクラの和え物 うめびしお	御飯 牛ガーリック焼 海鮮ボール和風煮 大根と人参のドレッシング和え 
夕	御飯 あじの蒲焼  冬瓜の煮物 畠菜のごま和え	御飯 豆腐ハンバーグ なすの炒め物 かぼちゃサラダ	ゆかり御飯 赤魚の煮付け 厚揚げのオイスター炒め ブロッコリーの和え物	御飯 鶏肉の香草焼き 春雨の挽肉炒め 水菜のコールスロー	御飯 豚おろしポン酢 コンソメ煮 スナップえんどうのサラダ	御飯 サーモンフライ 大根のピリ辛炒め きゅうりと人参のお浸し	御飯 白身魚のピカタ 塩麹炒め アスパラのサラダ