



週間予定献立表

日付	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	パン	麦御飯	御飯	鮭粥	御飯	御飯
	味噌汁(さつまいも、貝割れ)	コンソメスープ(小松菜、大根)	味噌汁(揚げ、畑菜)	味噌汁(なす、豆苗)	味噌汁(玉ねぎ、大根葉)	味噌汁(青梗菜、麩)	味噌汁(かぶ、麩)
	はんぺん煮つけ	ハムソテー	ちくわの煮物	厚焼玉子	高野豆腐の含め煮	納豆	野菜炒め
	白菜のゆず和え	ポテトサラダ	とろろいも	青梗菜のお浸し	二色和え	角天と大根の煮物	小松菜の和え物
	たいみそ	マーガリン	牛乳	ふりかけ(しそ)	牛乳	牛乳	ふりかけ(たらこ)
	牛乳	牛乳		牛乳			牛乳
エネルギー	442kcal	476kcal	416kcal	455kcal	388kcal	461kcal	419kcal
昼	御飯	御飯	★クリスマス行事食★	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	味噌汁(まいたけ、葱)	バターライス	味噌汁(さつまいも、ねぎ)	すまし汁(三つ葉、舞茸)	コンソメスープ(玉ねぎ、畑菜)	すまし汁(しめじ、ねぎ)
	コンポート(マンゴー缶)	煮豆	コンソメスープ	漬物(赤胡瓜漬)	コンポート(りんご缶)	フルーツ(みかん)	漬物(赤しその実漬)
	Aチンジャオロース	A赤魚のザーサイ蒸し	ビーフシチュー	Aフライ盛り合わせ	A鶏そぼろ丼	Aたらのパン粉焼き	A豆腐ステーキ
	B鱈のムニエル香味ソース	Bポークピカタ	ミモザサラダ 	B酢鶏	Bかれいの田楽焼き	Bスパゲティミートソース	Bますの南蛮漬け
	えびシュウマイ	ほうれん草のバターソテー	フルーツヨーグルト	刻み昆布の煮物	ごぼう甘辛炒め	ベーコンポテト	ブロッコリーソテー
	しろなのナムル	いんげんの辛子和え		グリーンサラダ	ほうれん草のしらす和え	ツナサラダ	白菜の中華サラダ
	Aエネルギー	565kcal	435kcal	632kcal	588kcal	503kcal	531kcal
Bエネルギー	544kcal	594kcal		473kcal	520kcal	552kcal	508kcal
おやつ	味噌饅頭・牛乳	コーヒーゼリー・牛乳	クリスマスムース・牛乳	ピーチムース・牛乳	チョコパイ・ジョア	ドームケーキ・牛乳	炭酸饅頭・牛乳
おやつエネルギー	124kcal	122kcal	162kcal	106kcal	232kcal	168kcal	128kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁(かまぼこ、三つ葉)	味噌汁(卵、葱)	味噌汁(小花麩、椎茸)	すまし汁(麩、わかめ)	味噌汁(小松菜、人参)	味噌汁(豆腐、大根葉)	味噌汁(南瓜、えのき)
	ますの西京焼き	肉団子の甘酢煮	鯖の七味焼き	豚肉の味噌炒め	ほっけの塩焼き	鶏肉と里芋の煮物	蒸し魚の香味ポン酢かけ
	なすのそぼろ煮	春雨サラダ	里芋の含め煮	冬瓜の和風あんかけ	キャベツの洋風煮	卵豆腐～銀あん～	五目炒り煮
	漬物(しば漬)	コンポート(みかん缶)	漬物(高菜漬け)	フルーツ(バナナ)	漬物(桜大根)	浅漬け	コンポート(黄桃缶)
エネルギー	491kcal	587kcal	474kcal	478kcal	433kcal	481kcal	485kcal

