

12月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
朝 昼 お 夕	2025/12/01	2025/12/02	2025/12/03	2025/12/04	2025/12/05	2025/12/06	2025/12/07
	食パン (60g・ジヤム) スクランブルエッグ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 千草焼き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ポロニアソーセージ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ポテトミンチ巻き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) カニカマ入りだし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ほうれん草オムレツ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 照り焼き風肉団子 牛乳
	ごはん 海老マカロニがランフラ2個 ベーコンと枝豆の塩バターソテー もやしと竹輪の香味ドレサダ 味噌汁	ごはん 煮込みハンバーグ キャベツと鶏肉の炒め物 味噌汁 マンゴー缶	ごはん 赤魚の柚庵焼き 里芋と豚肉の煮物 白才とインゲンの和え物 味噌汁	ごはん 豚カツの卵とじ もやしとピーマンの炒め物 味噌汁 みかん缶	ごはん クリームチキン 白才と豚肉の煮物 アスパラの大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉のピリ辛炒め 一口がんもの煮物 大根と竹輪の香味ドレサラダ 味噌汁	ごはん 焼芋の南蛮漬け 里芋と油揚げの煮物 キャベツの炒め 味噌汁 (そうめん) 青ねぎ
	ぶどうゼリー	しっとりどら焼き(こしあん)	チョコワッフル	黒糖まんじゅう(白あん)	水ようかん	栗あんまんじゅう	抹茶ババロア
夕	ごはん 牛皿 ほうれん草の煮浸し 奴豆腐 清汁	ごはん 高野豆腐の炊き合わせ ごぼうの味噌金平 大根とパプリカの和風ドレサダ 清汁	ごはん タンドリーチキン 玉葱とツナのミニオムレツ ブロッコリーのたらこマヨサラダ 味噌汁	ごはん タラのソテー 昆布大豆煮 ほうれん草のごまドレサダ 味噌汁	ごはん 卵のちゃんちゃん焼き 茎わかめと絹揚げの炒め煮 カリフラワーとインゲンのサラダ 清汁	ごはん 白身魚の香草焼き じゃが芋のそぼろ煮 しろなのパンパントドレサダ 味噌汁	ごはん 擬製豆腐 チンゲンサイと鶏肉の炒め物 味噌汁 斗六豆

朝 昼 お 夕	2025/12/08	2025/12/09	2025/12/10	2025/12/11	2025/12/12	2025/12/13	2025/12/14
	食パン (60g・ジヤム) 大豆ミートハンバーグ (野菜ソース) 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ミートオムレツ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 千草焼き 牛乳	食パン (60g・ジヤム) でんぶ入りだし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 大根と豚肉の豆乳スープ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) じゃが芋と豚肉の煮物 牛乳	食パン (60g・ジヤム) スパゲティサラダ 牛乳
	かしわめし(弁当) 肉シューマイ 筈と昆布の煮物 ブロッコリーのスローサラダ 味噌汁	ごはん がの照り煮 ピーマンと豚肉の炒め物 キャベツとなめこの和え物 味噌汁	ごはん 豚の筑前煮風(牛蒡・椎) 小松菜とツナの炒め物 カリフラワーのレンドレサダ 味噌汁	野菜かき揚げうどん 奈良のっぺ (奈良県郷土料理) 胡瓜の甘酢和え	散らし寿司 大豆とこんにゃくの煮物 しろなと竹輪の和え物 味噌汁	ごはん 鶏チリ 金時豆煮 もやしの香味ドレサラダ 中華スープ	ごはん 白身魚の煮付け うまい菜と鶏肉の炒め物 長芋短冊 味噌汁
	原宿ドッグミニ	安納芋ムース	みるくまんじゅう(抹茶)	ココアフォンカッパケーキ	もっちりたい焼きクリーム	豆乳パンナコッタ	チョコレートケーキ 紅茶
夕	ごはん 白身魚の竜田揚げ 切干大根と鶏肉の煮物 豚汁 ヨーグルト	ごはん 蒸し鶏 (ささみ) 絹あげの煮物 マカロニサラダ 味噌汁	ごはん ホッケのたれ焼き 高野豆腐のそぼろ煮 白才と大根葉の和え物 味噌汁	ごはん 白身魚の味噌煮 白才と鶏肉のとろみ炒め ポテトサラダ 清汁	ごはん 豚肉の和風炒め 奴豆腐 清汁 白・黄桃缶	ごはん 枝豆がんもの炊き合わせ 大根とツナの炒め物 ひじきと蓮根のマヨサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉の野菜炒め いかふくさ焼き ブロッコリーの和え物 味噌汁

朝 昼 お 夕	2025/12/15	2025/12/16	2025/12/17	2025/12/18	2025/12/19	2025/12/20	2025/12/21
	食パン (60g・ジヤム) スクランブルエッグ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) しろなとウインナーのソテー 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 洋風だし巻き卵 牛乳	食パン (60g・ジヤム) 高野豆腐のサイコロ煮 牛乳	食パン (60g・ジヤム) プレーンオムレツ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ポテトサラダ 牛乳	食パン (60g・ジヤム) ほうれん草と豚肉のトマトスープ 牛乳
	ごはん レモンチキン ごぼうと平天の煮物 味噌汁 ヨーグルトのマンゴーソースかけ	醤油ラーメン えびシューマイ パンプキンサラダ	ごはん 白身魚の和風バターソース 小松菜と鶏肉の炒め物 カリフラワーのサラダ 味噌汁	ごはん ハンバーグ ジャーマン南瓜(ウイナ) ほうれん草ごまドレサダ 味噌汁	チキンカレー らっきょ ブロッコリーの香味ドレ和え 西洋なし缶	ごはん 豚肉のプルコギ いかふくさ焼き 白才と椎茸の麦味噌和え 味噌汁	ごはん 赤魚の西京焼き ひじきと油揚げの煮物 さつま芋サラダ 味噌汁
	もみじまんじゅう	杏仁豆腐とフルーツ缶の盛合せ	酒まんじゅう	クリスマス会 ケーキ	おかしなバナナ	もっちりたい焼きあん	パンコッタ(ヨーグルト風味)
夕	ごはん 芋の照り焼き もやしと鶏肉の炒め物 インゲンのスローサラダ 味噌汁	ごはん 牛肉コロッケ 絹揚げの煮物 白才となめこの和え物 味噌汁	ごはん 豚肉の山椒煮 キャベツとあさりの炒め物 奴豆腐(醤油) 味噌汁	ごはん おでん 金平ごぼう 味噌汁 パイン缶	ごはん 白身魚の生姜煮 大根と豚肉の塩だしとろみ炒め マカロニサラダ 味噌汁	木の葉丼 もやしと鶏肉の炒め物 刻みとろろのかつお梅和え 味噌汁	ごはん 肉団子の甘酢あん 大豆とキャベツのじゃこ炒め 大根と大根葉の和え物 味噌汁

12月献立表

朝 昼 お 夕	2025/12/22	2025/12/23	2025/12/24	2025/12/25	2025/12/26	2025/12/27	2025/12/28
	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） スクランブルエッグ 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） かに玉 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） ｶﾌﾗﾜｰとｳｲﾝﾅｰのソテー 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） 大根と大根葉の麦味噌和え 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） ハムチーズピカタ 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） 絹揚げとｸﾞﾘｰﾝﾋﾞｰｽのそぼろ煮 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） スパゲティサラダ 牛乳
	ごはん 銀ひらすの照り煮 卵の花 チンゲンサイの和え物 味噌汁	ごはん 鶏肉の柚子茶煮 蓮根とちりめんの金平 大根と平天の和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 味噌汁	ごはん 豚肉と大根の利休煮 白オと鶏肉のとろみ炒め 玉子豆腐 清汁	オムライス 鶏の唐揚げ ブロッコリーの洋風お浸し じゃが芋のポタージュ	ごはん ｶﾊﾞﾁの味噌煮 大根と豚肉の金平 インゲンとパプリカのおからﾖｰｸﾞﾙﾄ 清汁	ごはん 白身魚の唐揚げ れんこんと油揚げの煮物 白オと竹輪の和え物 味噌汁	ごはん 豚肉のオイスター炒め ふろふき大根の田楽味噌かけ ｷｬﾍﾞﾂのﾋﾞｰﾝｽﾞﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 清汁
	ムースエクレア	ワッフル	黒糖まんじゅう(こしあん)	ミルクプリン	米粉ﾄﾞｯｸﾞﾐﾆ(ﾁｮｺｸﾘｰﾑCa入り)	みるくまんじゅう(白あん)	高ミネラルゼリー(ﾁｮｺ)
朝 昼 お 夕	ごはん 豚肉のごま醤油炒め 南瓜の含め煮 キャベツとコーンのサラダ 味噌汁	ねぎとろ丼 豚肉と絹揚げの煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾊﾞﾝﾊﾟﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 味噌汁	ごはん ｱｼﾞの香味焼き 切干大根 ｷｬﾍﾞﾂと竹輪の塩ﾓﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 味噌汁	ごはん カレイの山椒煮 もやしと豚肉の炒め物 白オのあっさり漬け 味噌汁	ごはん 蒸し鶏（ささみ） さつま芋煮 キャベツと平天のごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 味噌汁	ごはん 常夜鍋 キャベツとツナの炒め物 黄桃・洋なし缶	ごはん ｲﾂﾅの生姜煮 ふかしジャガ(コーン) しろなと平天の白ごま和え 味噌汁
	2025/12/29	2025/12/30	2025/12/31				
	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） じゃが芋と鶏肉のカレースープ 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） 白オの煮浸し 牛乳	食パン（60g・ｼﾞﾔﾑ） 5品目具材の玉子焼き 牛乳				
	ごはん 鶏肉の炭焼き風味 白オとカマボコの炒め煮 粕汁 寒天とフルーツ缶の盛合せ クリームブッセ	ごはん 白身魚の煮付け 大根と鶏肉の炒め物 白オとニラの塩ごま和え 味噌汁	キーマカレー 福神漬け キャベツの香味ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ みかん				
朝 昼 お 夕			水ようかん				
	ごはん 千草蒸し 大豆とえびの煮物 大根とﾊﾞﾌﾞﾘｶのﾊﾞﾝﾊﾟﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 味噌汁	ごはん 豚肉とキャベツの味噌炒め かにシューマイ 南瓜のサラダ 清汁	えび天そば 豚肉と絹揚げの炒め煮 いちごミルクプリン				