

平成29年12月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
1日 (金)	ご飯 味噌汁 絹ごし豆腐のみぞれ煮 青菜の生姜醤油和え お新香 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 白身魚のフライ エリンギとハムの炒め物 白菜の塩昆布和え	ご飯 味噌汁 豚肉ともやしの生姜塩炒め キャベツのピーナッツ和え お新香	
2日 (土)	ご飯 味噌汁 メヌケ塩焼き 白菜と油揚げの煮物 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏肉と長ねぎの照り焼き 焼きなすのとろろ和え 青菜の梅肉和え	ご飯 味噌汁 豆腐のチャンプルー かぼちゃの煮物 お新香	
3日 (日)	ご飯 味噌汁 オムレツ もやしと竹輪の炒め物 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 豚汁 サンマのみぞれ煮 長芋と大根の酢の物 みかん	ご飯 味噌汁 豆腐と豚肉の旨煮 人参金平 白菜の鯉節和え	
4日 (月)	ご飯 味噌汁 魚肉スクランブル *ひじきの煮物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚バラとじゃが芋のカレー煮 切干大根の煮物 りんごシロップ漬け	ご飯 味噌汁 魚の香味焼き ベーコンと小松菜の洋風煮浸し お新香	
5日 (火)	ご飯 味噌汁 豆腐とわかめの卵とじ きのこ小松菜のゴマ和え 煮豆 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚肉のウスターソース焼き ごぼうと竹輪のサラダ オクラのおかか和え	ご飯 味噌汁 銀ひらすの西京焼き 大根と油揚げの炊き合わせ お新香	
6日 (水)	ご飯 味噌汁 サバの塩焼き 白菜の磯辺和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 アジフライ きのこのカレーソテー ブロッコリーのピリ辛マヨ和え	ご飯 味噌汁 豚肉とキャベツの甘辛煮 里芋の煮物 津軽漬け	
7日 (木)	ご飯 味噌汁 温豆腐 ★わらびのお浸し 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 シルバーの甘酢照り焼き 小松菜と絹さやの和え物 しば漬け	ご飯 味噌汁 鶏肉とジャガイモの甘辛煮 もやしのナムル お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成29年12月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
8日 (金)	ご飯 味噌汁 目玉焼き キャベツのさっと煮 鮭フレーク 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 せんべい汁 赤魚の西京焼き 里芋の白和え さくら漬け	ご飯 味噌汁 鶏から鍋 もやしとオクラの和え物 青がっぱ漬け	
9日 (土)	ご飯 味噌汁 豆腐と水菜のさっと煮 ★ふきの煮物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鮭とアスパラのゴマ味噌 さつま芋とかぼちゃのサラダ ブロッコリーの辛子醤油和え	ご飯 味噌汁 豚肉と里芋の梅風味煮 春雨サラダ, お新香	
10日 (日)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ほうれん草と厚揚げの煮物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 ハンバーグ マカロニサラダ きのこ小松菜のゴマ和え	ご飯 味噌汁 いわしの梅煮 金平ごぼう しば漬けのおろし和え	
11日 (月)	ご飯 味噌汁 厚揚げの卵とじ *ひじきの煮物 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏のヨーグルト焼き 明太スパサラ なめこおろし	ご飯 味噌汁 魚の味噌ダレがけ 白菜の煮浸し お新香	
12日 (火)	ご飯 味噌汁 たまご焼き もやしとベーコンの炒め物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 銀ひらすの煮付け じゃが芋のお好み焼き風 オクラのおかか和え	ご飯 味噌汁 豆腐の中華風炒め 大根サラダ お新香	
13日 (水)	ご飯 味噌汁 オクラおかかやっこ 白菜と春菊の胡麻和え お新香 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 メルルーサの洋風天ぷら 厚揚げと小松菜の煮物 津軽漬け	ご飯 味噌汁 鶏のソース照り焼き 長芋と人参のナムル お新香	
14日 (木)	ご飯 味噌汁 アジの塩焼き 舞茸とワカメのポン酢和え 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鮭の味噌卵ソース じゃが芋ベーコン炒め お新香	ご飯 味噌汁 かぼちゃと豚肉の梅味噌炒め 大根の煮物 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成29年12月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
15日 (金)	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き キャベツの煮浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 コンソメスープ3 ポークカレー 花野菜サラダ フルーチェ(ピーチ)	ご飯 味噌汁 大根と厚揚げのゴマ味噌煮 青梗菜とカニカマのからし和え お新香	
16日 (土)	ご飯 味噌汁 オムレツ キャベツとわかめのさっと煮 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 すき煮 青菜とキノコの中華風サラダ しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 鮭の味噌バターソース さつま芋の甘煮 水菜ともやしのポン酢和え	
17日 (日)	ご飯 味噌汁 豆腐の卵とじ 小松菜の三色炒め 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 わかめの中華スープ 白菜と豚肉のオイスター煮 人参とツナの中華サラダ 杏仁風デザート	ご飯 味噌汁 サンマの梅煮 里芋の煮っ転がし お新香	
18日 (月)	ご飯 味噌汁 サバの生姜煮 青梗菜としめじの炒め物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 カレイの竜田揚げ 野菜の薄葛煮 きのこと小松菜のゴマ和え	ご飯 味噌汁 白菜とハムのクリーム煮 竹輪のナムル お新香	
19日 (火)	ご飯 味噌汁 炒り納豆腐 いんげんのゴマ煮 鮭フレーク 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鮭のポテサラ焼き イカとネギの酢みそ和え 梅とろろ	ご飯 味噌汁 えび玉 もやしとピーマンの炒め物 お新香	
20日 (水)	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 大豆五目煮 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 けんちん汁 ブリ照り焼き アスパラ金平 オクラとなめこの和え物	ご飯 味噌汁 ミートボール 大根とはんぺんの煮物 お新香	
21日 (木)	ご飯 味噌汁 湯豆腐薬味添え やわらか旨煮 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏天 高野豆腐の含め煮 お新香	ご飯 味噌汁 鱈とタケノコの甘辛炒め ひじきの煮物 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成29年12月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
22日 (金)	ご飯 味噌汁 サンマのおかか煮 白菜の薄葛煮 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鮭フライ かぼちゃの白和え 紅葉なめこ	ご飯 味噌汁 豆腐の野菜あんかけ 里芋の胡麻和え お新香	
23日 (土)	ご飯 味噌汁 ★赤魚の煮付け ほうれん草としめじのお浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 コンソメスープ3 冬野菜カレー カリフラワーサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 *サバの味噌煮 いんげんと人参の白和え お新香	
24日 (日)	ご飯 味噌汁 玉ねぎの卵とじ 冬瓜のそぼろあん 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	エビピラフ パンプキンスープ やわらかチキン照焼き スパゲティサラダ、 いちごゼリー	ご飯 味噌汁 鮭ともやしの塩とろみ炒め キャベツの味噌マヨ和え お新香	
25日 (月)	ご飯 味噌汁 豆腐とキャベツの炒め物 小松菜と舞茸の炒め物 お新香 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 中華卵スープ 八宝菜 中華風春雨サラダ 杏仁風デザート	ご飯 味噌汁 じゃが芋とイカの胡麻味噌煮 キャベツと卵の炒め物 お新香	
26日 (火)	ご飯 味噌汁 サバの照り焼き 白菜と油揚げの煮物 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 れんこんと鮭の味噌マヨ炒め 切り昆布の煮物 とろろオクラ	ご飯 味噌汁 鶏肉と里芋の炒め煮 ほうれん草ともやしのナムル お新香	
27日 (水)	ご飯 味噌汁 オクラ納豆腐 もやしとニラの炒め物 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 具だくさん汁 肉じゃがコロッケ ごぼうと薩摩揚げの当座炒め 白菜の塩昆布和え	ご飯 味噌汁 ぶり大根 青梗菜とエリンギのからし和え お新香	
28日 (木)	ご飯 味噌汁 目玉焼き キャベツとベーコンの煮浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 牛ごぼうの味噌ゴマ煮 ひじきと人参のサラダ 豆苗としらすのお浸し	ご飯 味噌汁 ツナじゃが もやしと竹輪のカレー炒め お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成29年12月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
29日 (金)	ご飯 味噌汁 竹輪と豆腐の卵炒め オクラのおかか和え 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚の梅生姜焼き じゃが芋と薩摩揚げの煮物 白菜とわかめの酢みそ和え	ご飯 味噌汁 肉団子と里芋の煮物 人参のゴマ味噌サラダ お新香	
30日 (土)	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き エリンギとハムの炒め物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏とキャベツの味噌炒め 小松菜と切干大根の塩ナムル しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 鯖のガーリック焼き 白和え風サラダ お新香	
31日 (日)	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ * ひじきの煮物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	赤飯 タラ汁 煮しめ あんかけ玉子焼き 紅白なます みかん	おいなりさん そば(温) アジの柚庵焼き せりとなるとのトロトロ お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。